

プリプリ コリコリ 生きくらげ おすすめレシピ

中華料理に欠かせない生きくらげ。プリプリの食感が魅力の「生きくらげ」をぜひお試しください。

数量限定

抽選 2,000点

お一人様 1点限り

注文多数の場合は抽選です。

生きくらげの栽培は菌床栽培でおこなっています。生しいたけと同じようにお早めにご使用ください。

滋賀県産が不足時は熊本県産をお届けします

石づきを取り30秒以上湯通ししてお召し上がり下さい

1123 次回4月3日

滋賀県 共栄精密

滋賀の生きくらげ

50g前後

菌床栽培された肉厚の生きくらげです。中華料理、スープや炒め物はもちろん、湯通ししてサラダや酢の物にも。

本体 **148円**
(税込 160円)



生きくらげとトマトの中華風卵炒め

材料 (2人分)

- 1123 滋賀の生きくらげ …… 50g
- 1134 九州のトマト …… 大1個
- 卵 …… 3個
- ガラスープの素 …… 小さじ1
- オイスターソース …… 小さじ1
- サラダ油 …… 大さじ1+1/2
- 塩・ごま油 …… 各少々

作り方

- 1 生きくらげはさっと水洗いし、硬い部分は切り落として食べやすく切り揃える。トマトはくし切りし、卵は溶いてガラスープを混ぜ合わせる。
- 2 フライパンに大さじ1のサラダ油を熱し、①の卵液を加えて半熟になったら取り出す。
- 3 フライパンをきれいにして残りのサラダ油を熱し、中～強火で生きくらげとトマトを炒める。オイスターソースと塩で調味し、②の卵を加えて炒め合わせ、ごま油を回しかける。



生きくらげと水菜のサラダ

作り方

- 1 生きくらげ50gは、ざるに入れて沸騰した湯で30秒くらい湯通しし、引き上げる。流水で冷まし、硬い部分は切り落として食べやすく切り揃える。
- 2 水菜100gは長さ4cm位に切り、トマト1個はひと口大に切る。玉ねぎ1/4個はうす切りにする。
- 3 ①と②を冷蔵庫で冷やしておく。食べる直前に合わせて器に盛り、ドレッシングをかける。