



I・V・Aレポート

認定No. ニックネーム:

1400

すが子

タイトル:

なめこの美味しい食べ方新発見!



はじめまして、こんにちは。

3月にいわき野菜アンバサダーとして認定を頂きました すが子です。
先日ワンダーファームのイベント「パークdeキッチン」にて、なめこ一筋
いわきの「加茂農産」の生産者の方が教えてくれたナメコ料理を
実際に作ってみました。例えるなら揚げだし豆腐のなめこバージョンです。

これが簡単に作れてとっても美味しい！！

食感が楽しめてこれはご飯のおかずにも、おつまみにも最高です。

家族にも大好評で大量に作りましたが、
あっという間に食べ尽くしてしまいました。ぜひみなさんもお試してください！！

- ①大きめのナメコをサッと洗い、水気を取り、片栗粉をつけて油で揚げます。
- ②麺つゆをお好みの濃さに薄め、酢を少々入れて混ぜておきます。
- ③油を切ったなめこを麺つゆに絡めたら出来上り！

揚げたてのなめこに塩を振って頂いても美味しいですよ♪