



## 作りかた

1. しめじは根元を1cm ほど切り落とし、手で3~5本ずつにほぐす。
2. まいたけは石づきを切り落とし、手でおおまかにほぐす。
3. しいたけは石づきを切り落とし、半分に切る。
4. 大きくて深めの耐熱ボウルに①、②、③を入れ、合わせたAを加え、かるくラップをしてテーブルプレートの中央に置き **239 きのこのだし煮** で加熱する。
5. 加熱後、ぎんなんを加えて混ぜる。

### 加熱の目安

加熱：約20分

### 1回に作れる分量

1~4人分

### 使用付属品



テーブルプレート  
底面

### カロリー

41kcal

### 塩分

3g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。  
このレシピはMRO-W10A対応レシピです。

材料	1人分	2人分	3人分	4人分
しめじ	40g	80g	120g	160g
まいたけ	40g	80g	120g	160g
しいたけ	1個(約7.5g)	2個(約15g)	3個(約22.5g)	4個(約30g)
ゆでぎんなん	3個	6個	9個	12個
A 水	カップ1	カップ2	カップ3	カップ4
A ほんだし	小さじ1/3	小さじ3/4	小さじ1	小さじ1・1/2
A 酒	大さじ5/8	大さじ1・1/4	大さじ2	大さじ2・1/2
A 塩	小さじ1/4	小さじ1/2	小さじ3/4	小さじ1

### コラボメニューのコツ

#### 容器は大きくて深めの物を

直径約25cm（内径約22.5cm）、深さ約10cm、重さ耐熱ガラスボウル 約1.0kg、耐熱プラスチックボウル 約200gの広口耐熱ボウルが適しています。

#### ラップのかけかたは

1枚だけかるくかけてください。複数枚重ねてかけると正しく温度が測れません。

### このレシピに使われている商品



ほんだし