**マコモダケのきんぴら　素焼きもいけます**

****

**＜ 材料 ＞**  
・ マコモダケ…2～3本  
・ しょう油…大さじ1杯

・ ゴマ油…大さじ1～2杯

（・ ゴマ…適量）

（・ 料理酒…少々　）  
※ 調味料はお好みで加減してください。

マコモダケの皮をむきます。（固い部分だけで他は大丈夫です。）

マコモダケを千切りにします。

フライパンにゴマ油を敷いて軽く熱します。

ゴマ油を熱したらマコモダケを入れて中火で炒めます。

マコモダケがしんなりしたら水を少量加え、

顆粒だし・砂糖・酒を入れて、少し煮る。

しょう油を加え、水気がなくなったら火を止めて、ゴマを振って出来上がり。

マコモダケの食感はタケノコに似ていますが、

タケノコよりも柔らかく、ほんのりと甘みがあって、

シャキシャキした食感が楽しめます。

えぐみなどのクセもないので美味しくいただけます。

マコモダケのきんびらは簡単に作れるので、ぜひお試しください。

※右上の写真のように素焼きにして、しょうゆマヨネーズや、しょうが醤油もあり☆