

Delicious recipe 「都城産シイタケ」を使った シイタケのつくね焼き



●材料（2人分）

都城産シイタケ…6枚

★つくねのタネ

鶏ミンチ…200g 刻んだ大葉…3枚
はんぺん…1枚 ショウガのすりおろし…小さじ1
片栗粉…大さじ2 塩、コショウ…少々
薄力粉…適量 ゴマ油…大さじ2 酒…大さじ2

☆甘辛タレ

砂糖…大さじ1
しょうゆ…大さじ2
みりん…大さじ2

●作り方

- ①シイタケは石づきを取り除き、かさと軸に分け、軸はみじん切りにする。☆は合わせておく。
- ②ビニール袋に軸と★を入れ、よく揉み合わせてタネを作る。
- ③シイタケのひだ部分に薄く薄力粉をまぶし、②を詰め込み表面を平らにする。
- ④ゴマ油を熱したフライパンに、③の肉詰め側を下にして並べ、中火で5分程度焼く。
- ⑤焼き目がついたら裏返して酒を加える。ふたを閉め、弱火で5分程度蒸し焼きにする。
- ⑥ふたを開け裏返したら、☆を入れ、全体に絡めながら煮詰めて完成。

レシピ提供:クッキングスタジオ美味味(早稲町)
※料理教室など詳しくは、同スタジオホームページまたはJA都城に問い合わせ(☎38-6698)



JA都城
しいたけ部会

生産者 合同会社 幸太郎きのこ
平山 浩一 さん

高崎町前田
☎ 62-0567

霧島山麓の湧水で大切に育んだ菌床栽培の「都城産シイタケ」。肉厚濃厚で、栄養と旨味がたっぷり詰まっています。丸ごと焼いて食べるのはもちろん、鍋の具やスープなど、さまざまな料理と相性抜群。都城産シイタケは、直売所ATOMで販売しています。



その一杯が、 生産者の応援につながります。



現在、さまざまな影響で牛乳の生産者が非常に厳しい状況に陥っています。都市部・三股町で生産されたおいしい牛乳を飲んで、生産者を応援しましょう。詳しくは市ホームページを確認ください。



◎問い合わせ
畜産課 ☎23-2769