

きのこのレンジ蒸し



1人あたり
35kcal
塩分 0.5g

ポイント

時間が無い時のもう一品に！レンジで温めて、ポン酢であっさり食べられます。

材料(2人分)

- ・好きなきのこ ……150～200g
- ・酒 ……大さじ1
- ・ポン酢 ……大さじ1/2

作り方

- ① きのこはそれぞれ食べやすい大きさに切る。
- ② 耐熱皿にきのこを入れ、酒をふりかけ、ラップをして3分程度加熱する。
- ③ お好みでねぎを散らし、ポン酢をかける。