

## ちぎりきのこのクリーム煮



### 材料（2人分）

しいたけ	3個
マッシュルーム	3個
エリンギ	1本
にんにく	1片
生クリーム	1カップ
しょうゆ	少々
[マッシュポテト]	
じゃがいも	2個
オリーブオイル	適宜
塩、こしょう	適宜
イタリアンパセリ	適量

### ①

しいたけとマッシュルームは軸を取る。きのこ類は食べやすい大きさに手でさき、軸は粗く刻む。



### POINT !

軸は先を落としてから刻みます。汚れている場合は、キッチンペーパーで拭き取るのを忘れずに。

### ②

フライパンにオリーブオイルを引き、つぶしたにんにくを入れて熱する。香りが立ったら、①を入れて炒める。



### ③

きのこに焼き色が付いたら生クリームを加える。とろみがつくまで煮詰め、塩、こしょう、しょうゆで味を調える。





#### ④

マッシュポテトを作る。じゃがいもは柔らかめにゆで、皮をむき、粗くつぶす。塩、こしょう、オリーブオイルを混ぜて器に盛る。③も別の器に盛ったら、イタリアンパセリを散らして出来上がり。



#### **POINT !**

じゃがいもは「ポテトサラダよりもやわらかめ」を目安にマッシュします。マッシャーを使っても OK です。

#### **ちょっとアレンジ**

クリーム煮はパスタソースに応用しても◎。マッシュポテトはオリーブオイルの代わりにバターを使ってもおいしくいただけますよ。

今回はしいたけ、マッシュルーム、エリンギの3種類を使用しましたが、どんなきのこでも OK です。包丁を使わないレシピなので、お子様のお手伝いにもおすすめです。