

## ナメコのなめ茸風

マーケットに行ったら、こんな立派な鳥海なめこが@100円だったんです。農家の立場だったら、嘆きたくなるような値段ですが、こちらにすれば願ってもないこと。貰わない手はありません。大きさも普通のより大きい鳥海産、すごく贅沢な気分になります。

この鳥海なめこ、見た感じ、新しいし、クズも付いていないので、洗わずにそのまま調理しました。何となくくたびれた感じのするものは酸味がありますし、クズのついてるものなどの場合も、軽く水洗いしますが、ヌメリがもったいないですものね。買ったら即調理がお勧めです。

目的のもの以外は貰わないっていう合理的な考え方もありますが、ぶらぶら見ているとこういう楽しいものが手に入ります。安いものを見つけて適当に調理するのも一興ですよね。



- ①フライパンになめこ ②鷹の爪を少々 ③そばつゆ(味道楽)を少々 ④日本酒を少々

たったこれだけ、所要時間 1 分。フライパンに油はひきません。ご飯がすすむ一品です。  
前にも書きましたが、この作り方エノキタケも全く同じです。瓶詰を買うのが馬鹿らしくなります。