



※写真はイメージです。

ソーセージと野菜たっぷり！おつまみにも！

ソーセージと野菜のチーズソテー

材 料（4人分）

ポークソーセージ(フランクフルト)
3本(約200g)
 ズッキーニ.....1本(150g)
 エリンギ.....1パック
 にんにく.....1片
 オリーブ油.....大さじ2
 粉チーズ.....大さじ2強
 塩・こしょう.....各少々

作り方

1. ソーセージは1cm幅の斜め切りにする。
2. ズッキーニは縦半分に切り、さらに1cm幅の斜め切りにする。
3. エリンギは食べやすい大きさに切る。
4. にんにくはみじん切りにする。
5. フライパンにオリーブ油を熱して2を両面色よく炒め、4を散らして3、1の順に加えて炒め合わせる。
6. 5に粉チーズ大さじ2を1ヶ所ではなく、全体に振り入れて混ぜ、塩・こしょうで調味する。
7. 器に6を盛り、残りの粉チーズ少々を振る。