



## アヒージョ風炒めレタス包み



### 材料 2人分

|          |      |
|----------|------|
| レタス      | 2枚   |
| 冷凍むきエビ   | 中4尾  |
| まいたけ     | 20g  |
| オリーブ油    | 小さじ2 |
| にんにく     | 1/2片 |
| 唐辛子(輪切り) | 4~5個 |
| 塩        | 1g   |
| パセリ      | 少々   |

### 作り方

- ①レタスは洗って大きめにちぎっておく。
- ②にんにくは薄くスライスする。
- ③フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくと輪切りにした唐辛子を入れる。
- ④③にえびを入れて炒め、火が通ったらまいたけを入れて塩をふる。
- ⑤お皿にレタスをのせて④を盛り付けパセリのみじん切りをのせる。