



よこすか野菜  
応援隊直伝！

## 焼きトウモロコシと 桜エビのソテーのせご飯

作り方（所要時間：約 15 分）

- 1 トウモロコシの皮を剥き、芯に沿って包丁を入れて実を外す。
- 2 フライパンにごま油をひき、みじん切りのショウガを入れて香りが出たら、トウモロコシを入れて炒める。
- 3 トウモロコシが黄色味掛かってきたら、桜エビを入れて軽く焦げ目が付くまで炒め、しょう油を回し入れて塩コショウで味を調える。
- 4 お皿にご飯を盛り、3をのせ、バターを添えて出来上がり。

### 材料（2人分）

トウモロコシ	2～3本
桜エビ	20g
ショウガ（みじん切り）	大1片
ごま油	大さじ1～2
しょう油	少々
塩コショウ	少々
バター	20g
ご飯	茶碗4杯分