

3 鶏糞菌の焼きもの（雲南省・地域在来種）

料理名	鶏糞菌の焼きもの
材料	鶏糞菌 1000g
副材料	塩 20g 油 20g コシヨウ 10g
調理方法	<ol style="list-style-type: none">1. 鶏も三金の根元の部分を取り除き、きちんと洗って日干しにする。鶏も三金は長さ5センチほどの表紙切りにする。2. 炭火の上に焼き網をかける。油を塗り、鶏糞菌を焼く。塩とコシヨウをかけて食する。
調理イメージ	
調理試演者	
参考事項	鶏糞菌は、人体に必要な多くの栄養素を含んでいる。漢方医では、鶏糞菌には健胃効果や精神をすっきりさせる効果、痔の改善などの効果があると言われる。鶏糞菌の調理方法は、火のそばで焼きながら食べることである。情緒があり、味は香り高く甘くて柔らかく、コリコリして爽やかな食感で、食べると香りが口中に広がる。生粋の家庭料理である。
出典	呉美清『雲南家常菜』雲南科技出版社、1998年、百度
情報提供者	

3 烧鸡枞 (雲南省・地域在来種)

料理名	烧鸡枞
材料	鸡枞 1000 克
副材料	食盐 20 克 清油 20 克 胡椒粉 10 克
調理方法	<ol style="list-style-type: none">1. 将鸡枞去根去泥土冲洗干净，晾干水分，切成 5 厘米长的条。2. 在栗炭火上放上炉条，刷上油放上鸡枞少数，蘸上食盐、胡椒粉即食。
調理イメージ	
調理試演者	
参考事項	鸡枞富含人体所需要营养素。中医认为鸡枞有益胃，清神，疗痔等功效。烧鸡枞的成熟方法是用火边吃边烧，别具情趣，人口有香，甜，萃，嫩，鲜之感，香味四滋，回味无穷，是地道的家常食用菜。
出典	吳美清『雲南家常菜』雲南科技出版社、1998 年、百度
情報提供者	