

## しいたけの保存方法

### ・・・生しいたけの場合・・・

生しいたけは到着後すぐに冷蔵庫に入れ、なるべく1週間以内にお召し上がりください。長く置くほど肉質が柔らかくなり、栄養価も下がってしまいます。万が一ひだが変色してきたらもう食べない方がいいかもしれません。夏場は特に暑さで早く痛みがちですので、お気を付けください。

また、長く置かれる場合は冷凍もできます。

しいたけは冷凍することにより、細胞壁が壊れてうまみ成分が出やすくなり、結果おいしく感じます。できれば1回分をラップでくるんで冷凍し、凍ったままの状態でも鍋物などにお使いください。

### ・・・乾しいたけの場合・・・

乾しいたけは開封しなければ常温で日持ちするのですが、できるだけ涼しいところの方がいいです。直射日光が当たらず、高温、多湿にならないようなところで保存してください。日光が当たって温度が高い状態になると、乾しいたけの色が悪くなったり、香りが悪くなったりします。

一度封を開けた後は必ず湿気を吸わないように密閉し（カンカンやタッパーなど）、戸棚などで保存してください。冷蔵庫に入るようでしたら入れていただくのがベストです。

なお、賞味期限は未開封の状態での保存期間ですのでよろしくお願ひします。