



ひと皿2度美味しい！彩り野菜の春パスタ

【材料(2人分)】

- REGALO Spaghetti 1.7ミリ ●春キャベツ3枚 ●ベーコン3枚
- 新タマネギ 半分 ●あさりの水煮缶(中のスープも使います)
- フロッコリー1房 ●ミニトマト ●スナップえんどう6つ
- 小麦粉 適量 ●ミルク 適量 ●生クリーム 適量
- バター 少量 ●柚子こしょう 適量 ●イタリアンパセリ
- 粒マスタード 大さじ1 ●塩コショウ



あなたを満たす最高の贈りもの

【つくり方】

- ① 春キャベツは3ミリ幅に切り、新タマネギは薄切りにします。
- ② ①と短冊に切ったベーコンを、バター少量で食感を残す程度に軽く炒めます。
- ③ ②を火からおろし、粒マスタードを加え、塩コショウで味を調えます。
- ④ REGALO Spaghetti 1.7ミリを大ぶりの鍋で少し硬めに茹で、③とバター少量とあえます。
- ⑤ ④を盛り付け、周りにミニトマト、茹でたフロッコリーとスナップえんどうを飾り付け、まずはこのまま味わって頂き、その後、ソースをかけて違った味で召し上がって頂きます。
- ⑥ ホワイトソースを作ります。フライパンにバターを溶かし、そこに小麦粉を少しずつ入れ焦はないように炒めます。
- ⑦ ミルクを少しずつ加え、ダマにならないように伸ばしていき、あさりの水煮缶のスープも適量加え、塩コショウで味を調えます。
- ⑧ ソースがトロツとしてきたら、あさりのむき身を入れて完成です。
- ⑨ 先ほど食べていたお皿にあさり入りホワイトソースをかけ、刻んだイタリアンパセリを散らして召し上がれ！

ABCラジオスプリングフェスタ
でも作りました♪

