

春やさいとじゃこ
あっさりパスタ
最後にレモンを仕上げ
あっさり食べれます。

春やさいの あっさりパスタ

用意するもの (2人分)

- スパゲティのめん 100g
- 菜の花 8本
- たけのこ (ゆでたもの) 100g
- じゃこ 大さじ3
- オリーブオイル 大さじ3
- 塩 小さじ $\frac{1}{2}$
- レモンスライス 2枚

作り方

1. スパゲティは塩を加えた熱湯で固めにゆで、ゆで時間が残り30秒くらいになったら菜の花を加えて一緒にゆでサランにあげる
2. フライパンにオリーブオイルをしき、じゃこを入れカリカリに炒め、その後に、うすくスライスしたたけのこを入れ炒める
3. ②に、パスタと菜の花を入れ、味をみて、足りなければ塩を加え、ざっくりあわせる
4. お皿に盛って、スライスしたレモンをのせてできあがり

* スパゲティと菜の花と一緒にゆでると、
よって、時間短縮