

熊本トヨペット

POPPIN' カラフルレシピ°

~ No. 78 ~

グリーンアスパラと ミニトマトのパスタ

◎ 材料 2人分

- ◎ グリーンアスパラガス 4本
- ◎ ミニトマト 8コ
- ◎ にんにくスライス 1かけ分
- ◎ アンチョビ 2枚
- ◎ オリーブオイル 大さじ2
- ◎ スパゲティの麺 80グラム
- ◎ 塩 15グラム (パスタ茹で用)
- ◎ 塩・こしょう 各少々

★ 作り方 ★

1. アスパラは根元の固い部分を切り落とし、ハカマをピーラーでそぎ落とし、4~5等分に切る。
ミニトマトは、ヘタを切り、アンチョビは粗く刻む
2. 熱湯に塩を入れ、スパゲティを指定の時間より1分短めにゆでる。(ゆであがる30秒前に、アスパラを加え、サリにあげる)
3. フライパンにオリーブオイル、にんにくを加え弱火で熱し、香りが立ってきたら、アンチョビを炒め、ミニトマトを加えて炒め合わせる
4. トマトが軽く崩れてきたら、パスタを加え炒め合わせ、仕上げに塩、こしょうをす