

【倉重市長 考案レシピ👤】

アスパラとベーコンのめんつゆパスタ

【調理時間】

20分



【材料】(2人分)

|             |      |   |        |      |
|-------------|------|---|--------|------|
| ○スパゲッティ     | 200g | } | ○細ねぎ   | 少々   |
| ○アスパラガス     | 4~5本 |   | ○焼きのり  | 1/2枚 |
| ○ベーコン       | 120g |   | ○卵黄    | 2個   |
| ○にんにく       | 1片   |   | ○粉チーズ  | 少々   |
| ○牛乳         | 大さじ6 |   | ○黒こしょう | 少々   |
| ○めんつゆ(2倍濃縮) | 大さじ3 |   |        |      |

【作り方】

1. 大鍋に水をたっぷり入れて、塩(大さじ1~2)を加えて沸騰させる。
2. 材料の下準備  
アスパラガスは根元の硬い部分の皮をおき、斜め切りにする。ベーコンは短冊切りにする。にんにくはみじん切り、細ねぎは小口切りにする。のりは手でちぎる。卵を黄身と白身に分ける。
3. フライパンに油とにんにくを入れて、弱火にかけ、にんにくの香りがたってきたら、アスパラとベーコンを加えて炒める。
4. 大鍋のお湯が沸いたら、スパゲティを入れて、袋に記載の時間茹でる。
5. 3のフライパンに牛乳とめんつゆを加えてひと煮立ちしたら、茹でたスパゲッティを加えて塩で味を調える。
6. 皿に盛り、上から(A)を乗せて完成。熱いうちに全体をよく絡めてお召し上がりください。

ポイント

- ※のりをトースターやフライパン等で焼き直すと、風味がUPします。
- ※油とにんにくを加えてから火にかけると、香りが立ちます。