

MENU: 10分でできるメインの1皿

Recipe: ワタリガニのトマトクリームパスタ



今回使用した Pasta は 『リングネオ』という種類。  
見た目、平べったいですがゆでると監円形になります。  
モチモチとした食感で、ほどよくソースに絡むので  
魚介の風味と濃いめのソースに合ったりです



とても簡単♡  
ワタリガニの下処理



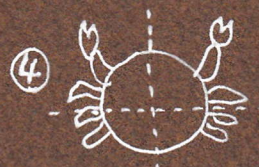
① まずは洗って  
三角形の部分をはずす



② E外は出来た  
穴から甲羅をはずす



③ 外は甲羅の面にある  
グレーツェルミダの「がに」  
E取り除く



④ みこは包丁で  
1/4位にカットする