

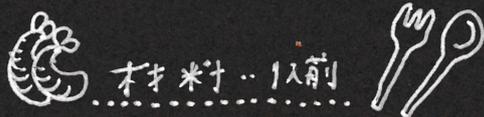
おうちカフェ



Recipe
エビとアボカドの
Pasta
ゴルゴンゾーラクリーム



Shrimp & Avocado pasta
sakae's ouchi cafe



材料 1人前

- ・パスタ ... 80g
- ・にんにく ... 1片(みじん切)
- ・えび ... 4〜5尾
- ・サラダほうれん草 ... 2束
- ・アボカド ... 1/2個
- ・生クリーム(動物性) ... 100ml
- ・牛乳 ... 100ml
- ・バター ... 5g
- ・ゴルゴンゾーラ ... 10g
- ・オリーブオイル ... 大さじ1
- ・白ワイン ... 大さじ1
- お好みで
ピンクペッパー ... 少々

・塩) 味を整える
・こしょう



作り方



- ① 深めの鍋に水と塩(水に対して%)を入れわけておく
- ② エビの背わたとカラはとっておく。軽く塩こぼす
- ③ フライパンにオリーブ油とにんにくを加え弱火で香りが出るまで熱しエビを入れる両面色がついたら白ワインを入れアルコールがとんだらエビをとり出す。(湯にパスタを入れる)
- ④ 食べやすい大きさに切ったほうれん草、アボカドを③に入れ油がからんだら生クリームを入れぐくぐくしたら牛乳を加え混ぜてトロみがくまで弱火で煮つめる
- ⑤ パスタがゆであがったら④に加え、ゆで汁少々とエビをフライパンにもどしソースとからめる火を消してからブルーチーズとバターを加え全体を混ぜ、塩こしょうで味を整えて完成