



MENU: 常備食材でつくるひと品

Recipe 1

春キャベツとベーコンのペペロンチー



材料

(2人分)



- ・パスタ ... 180g (1.4mm使用)
- ・春キャベツ ... 80g (食べやすい大きさにカット)
- ・玉ねぎ ... 1/4個 (うすくスライス)
- ・ベーコン ... 50g (1cm幅にカット)
- ・白ワイン ... 大さじ1
- ・オリーブ油 ... 大さじ1
- ・にんにく ... 1片 (みじん切り)
- ・たかののつめ ... 1本 (中の肉はめいたもの)



① 大きめの深い鍋に  
2ℓの湯をわかして  
大さじ1/4 (20g)  
の塩を入れておく。  
フライパンを熱し、にんにく  
オリーブ油、たかのつめを  
入れ香りが出たらベーコンを  
入れ、タカノツメを取り出す



② (パスタをゆでほじめる)  
①に玉ねぎを加え  
火を弱める。



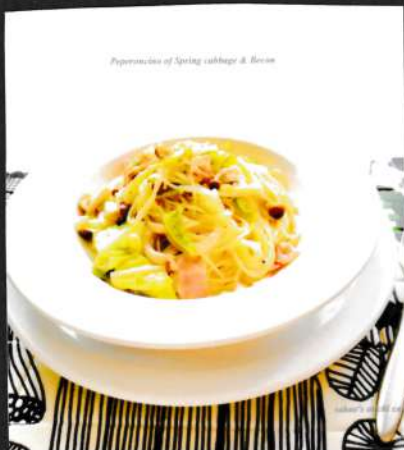
③ さらにキャベツと  
しめじを加え全体が  
しんなりしたら、  
白ワインを加える。



④ パスタがゆであがたら  
③にカネ見と  
からめる。



⑤ おにまにパスタの  
ゆで汁をすくい加え  
全体をまぜ合わせ  
塩、こしょうで味を  
調整して完成。



お子様がいて  
とうがらしが入ら  
れにくい家庭でしたら  
「とうがらしオリーブ」で  
あとから辛さを調整  
することができて  
便利です。おま