

アスパラガスとベーコンのペペロンチーノ

お手軽 Pasta!



【 材料 】 … 2人前

<input type="checkbox"/> スパゲッティ	200g	<input type="checkbox"/> 塩	適量
<input type="checkbox"/> アスパラガス	5本		
<input type="checkbox"/> ベーコン	60g		
<input type="checkbox"/> 乾燥にんにくスライス	大さじ1		
<input type="checkbox"/> 輪切り唐辛子	小さじ1		
<input type="checkbox"/> 白だし	大さじ2		
<input type="checkbox"/> オリーブオイル	大さじ1と1/2		

ボスコ
EXバージン
オリーブオイル
がオススメ!



【 調理手順 】 … 15分

- ① アスパラガスは根元の硬い部分の皮をひとつおきし、3~4cmの長さで斜め切りにする。
- ② ベーコンを2cm幅に切る。
- ③ たっぶりの熱湯に塩ひとつかみ(分量外)を加え、スパゲッティを袋の表示時間通りにゆでる。
- ④ フライパンにオリーブオイルを入れ、乾燥にんにくスライスと輪切り唐辛子を香りが出るまで極弱火で炒める。
- ⑤ カットしたアスパラガスを加えた後は中火で炒める。
- ⑥ アスパラガスが鮮やかな緑色に変わったら、ベーコンを加えて、火が通るまで炒める。
- ⑦ ゆであがったスパゲッティをザルに上げて湯切り、⑥の具材とスパゲッティをまぜる。
- ⑧ 白だしを加えて加熱しながら、よく混ぜ合わせる。
- ⑨ お皿に盛りつけて完成。