



たまにはイタリアン トマトクリームスパゲッティ



材 料 4人分

…トマトクリームソース…

おろしにんにく	小さじ 1
玉ねぎ	小 2 個 スライス
にんじん	60g 千切り
しめじ	30g
マッシュルーム	60g スライス
鶏もも肉	90g 細切り
ベーコン	30g 短冊切り
オリーブ油	大さじ 1
白ワイン	小さじ 2
トマトピューレ	140g
トマトケチャップ	100g
塩	小さじ 1/2
こしょう	少々
生クリーム	大さじ 4
スパゲッティのゆで汁	140 cc
ドライパセリ	少々



…スパゲッティ…

スパゲッティ	400g
塩	小さじ 2 と 1/2
オリーブ油	大さじ 1



作り方

- ①オリーブ油でおろしにんにくを炒めて香り立たせ、玉ねぎを炒める
 - ②ベーコン・鶏もも肉・にんじん・しめじ・マッシュルームを加えて白ワインと塩、こしょうを振り入れさらに炒める
 - ③野菜から水分が出てきたら、トマトピューレとトマトケチャップを入れて煮る
 - ④スパゲッティのゆで汁を入れてひと煮立ちさせる
 - ⑤生クリームを入れて味を調え仕上げる
 - ⑥盛り付けたらドライパセリを散らして完成！
- ※スパゲッティはゆで汁を使うため時間を見てゆでる
たっぶりの湯に塩を入れてゆで、ゆで上がったら湯切りをしてオリーブ油をまぶす

