

|   |  |         |      |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
|---|--|---------|------|------|----|---------|-----------|------|-----|-----|------|-------|------|------|----|---------|------|------|----|--------|----|---------|----------|---|--|--|--|------|----|---|--|------|--|
| 料理名   | <h1>スパゲティーナポリタン</h1>   |         |      |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| 材料名   | <p>【4～6人前】</p> <table border="0"> <tr> <td>スパゲティー</td> <td>400g</td> <td>エリンギ</td> <td>1本</td> </tr> <tr> <td>バター(麺用)</td> <td>10g(大さじ1)</td> <td>にんにく</td> <td>1かけ</td> </tr> <tr> <td>玉ねぎ</td> <td>1/2個</td> <td>ケチャップ</td> <td>大さじ4</td> </tr> <tr> <td>ピーマン</td> <td>2個</td> <td>ウスターソース</td> <td>大さじ2</td> </tr> <tr> <td>ベーコン</td> <td>3枚</td> <td>固形コンソメ</td> <td>1個</td> </tr> <tr> <td>マッシュルーム</td> <td>30g(小1缶)</td> <td>塩</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>こしょう</td> <td>少々</td> </tr> <tr> <td>油</td> <td></td> <td>粉チーズ</td> <td></td> </tr> </table> <p>※マッシュルームは汁気をきっておく</p> | スパゲティー  | 400g | エリンギ | 1本 | バター(麺用) | 10g(大さじ1) | にんにく | 1かけ | 玉ねぎ | 1/2個 | ケチャップ | 大さじ4 | ピーマン | 2個 | ウスターソース | 大さじ2 | ベーコン | 3枚 | 固形コンソメ | 1個 | マッシュルーム | 30g(小1缶) | 塩 |  |  |  | こしょう | 少々 | 油 |  | 粉チーズ |  |
| スパゲティー  | 400g   | エリンギ    | 1本   |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| バター(麺用)   | 10g(大さじ1)  | にんにく    | 1かけ  |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| 玉ねぎ   | 1/2個   | ケチャップ   | 大さじ4 |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| ピーマン  | 2個   | ウスターソース | 大さじ2 |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| ベーコン  | 3枚   | 固形コンソメ  | 1個   |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| マッシュルーム   | 30g(小1缶)   | 塩       |      |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
|   |  | こしょう    | 少々   |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| 油   |  | 粉チーズ    |      |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| 作り方   | <ol style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎを薄切り、ベーコンは1cm幅、にんにくはみじんぎりにする。エリンギは横に2～3等分した後、薄切りにする。ピーマンは縦半分に切り、種をとり、細く切る。</li> <li>鍋に油を熱し、にんにく・ベーコンをいためる。次に玉ねぎをよく炒め、エリンギ・マッシュルームを加えて、最後にピーマンを炒める。</li> <li>2の中にコンソメ、ケチャップ、ウスターソースを入れて味をつける。</li> <li>ゆであがったスパゲッティーを3と混ぜ、塩・こしょうで、味を整え、仕上げる。お好みで粉チーズをかける。<br/>～スパゲッティーのゆでかた～<br/>袋に書いてあるゆで方を参考にする。(特にゆで時間)<br/>ゆであがったらザルにあげ水気をきり、バターとまぜておく。</li> </ol>  |         |      |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |
| <p>給食ではおなじみのスパゲティーです。<br/>休日のお昼ごはん子どもと一緒に作ってみてはどうでしょうか。</p> |  |         |      |      |    |         |           |      |     |     |      |       |      |      |    |         |      |      |    |        |    |         |          |   |  |  |  |      |    |   |  |      |  |