

冬野菜のパスタ

<材料>

パスタ・・・・・・・・160g
芽キャベツ・・・・8~10個
アンチョビ・・・・3枚
ベーコン・・・・40g
オリーブオイル・・・大さじ1
と1/2

[A]

にんにく・・・・・・・・1片
鷹の爪・・・・・・・・1本
白ワイン・・・・大さじ1
グルコエイドL・・・・1本
パセリ・・・・・・・・適量
黒コショウ・・・・適量



<作り方>

- ①大きめの鍋に、たっぷりの水と塩を入れ沸騰させる。芽キャベツを半分に切る。にんにくは半分に切り芽を取って粗みじん切りにする。ベーコンを2mmくらいの拍子切りにする。鷹の爪は種をとりちぎる。
- ②フライパンにオリーブオイル大さじ1とにんにくを入れて弱火にかけ、香りが立ってきたら芽キャベツとベーコンを入れて蓋をし、蒸し焼きにする。
- ③鷹の爪、アンチョビを加え、崩すようにして炒める。白ワイン、グルコエイドLを加える。
- ④パスタは塩を加えた熱湯で表示時間より1分ほど短く茹でる。茹で汁をおたま一杯くらいフライパンをゆするように入れて、乳化させる。
- ⑤茹であがったパスタをザルにあけ、オリーブオイル1/2とフライパンに入れて手早く混ぜ合わせ、みじん切りにしたパセリを加える。
- ⑥お皿に盛り付け、仕上げに黒コショウを振って完成。



855 グランドの塩250g /缶



856 グランドの塩500g /袋