



アサリと トマトのパスタ

QRコードで
レシピページへ!



●田原市公式クックパッドで
ご紹介しています。

材料(2人分)

- アサリ …… 200g
- パスタ …… 160g
- ミニトマト …… 約10個(トマトでも可)
- オリーブ油 …… 大さじ2
- しょう油 …… 大さじ1/2
- みりん …… 大さじ1/2
- 白ワイン …… 半カップ
- 塩 …… 適量
- ニンニク …… 1片
- 唐辛子 …… 1個(なくても可)
- バター …… お好みで

作り方

- 1 湯を沸かし、塩を入れてパスタをゆでる。
- 2 フライパンにオリーブ油を入れニンニクと唐辛子のみじん切りを炒める。香りが出てきたらミニトマトを入れ弱火で炒める。
- 3 強火にし、アサリを入れ、白ワインを振り掛けふたをする。
- 4 アサリの殻が開いたら、別皿に取る。
- 5 フライパンにみりん、パスタのゆで汁お玉1杯を入れる。
- 6 少し硬めでパスタを湯からあげフライパンに入れ、しょう油、バターを入れスープとよくからめて、アサリを戻す。



釜揚げしらすの ブルスケッタ

材料(2人分)

- 釜揚げしらす …… 30g
- ニンニク …… 1片
- マヨネーズ …… 大さじ1
- 粉チーズ …… 大さじ1
- バター …… 適量
- アンチョビ …… 1切れ
- バゲット …… 1/2本

作り方

- 1 ニンニクのみじん切りにし、しらす、マヨネーズ、粉チーズと混ぜる。
- 2 バゲットを薄切りにし、バターを塗る。
- 3 2のバゲットに1を乗せる。
- 4 3に刻んだアンチョビを1片ずつ乗せてトースターでこんがり焼く。



青ノリチーズもち

材料(2人分)

- じゃがいも …… 2個
- 青ノリ …… 大さじ2
- ピザ用とろけるチーズ …… 大さじ2
- 片栗粉 …… 大さじ1
- 塩コショウ …… 少々
- ごま油 …… 大さじ2

作り方

- 1 じゃがいもを一口大に切り、柔らかくなるまでゆでる。(電子レンジで加熱でも可)
- 2 じゃがいもをつぶす。
- 3 2に、片栗粉、青ノリ、塩コショウ、ピザ用とろけるチーズを加えて混ぜ、小判型にする。
- 4 フライパンにごま油を敷いて熱し、表面をカリッと焼く。