



明太子とまいたけは相性バツグン
牛肉で食べ応えアップ！

まいたけと牛肉の 明太子パスタ

調理時間
約20分

材料2人分(1人分約506kcal)

雪国まいたけ	1パック
青じそ	5枚
牛肉(しゃぶしゃぶ用)	100g
スパゲッティ	160g
「明太子」	1/2腹
A オリーブ油	大さじ1

作り方

- ①雪国まいたけは小房に分ける。
- ②青じそは千切りにする。Aの明太子は卵膜を除き、オリーブ油で溶きほくしておく。
- ③塩を加えたたっぷりの熱湯で、表記されているゆで時間を参考にスパゲッティをゆで上げる。スパゲッティのゆで上がりに合わせて、1・牛肉も加えてゆでる。
- ④器に3の pasta を盛り、2をのせてできあがり。

おすすめパスタ



Point 牛肉をバターソテーしてもおいしい！