

料理名 初夏の野菜のペペロンチーノ

材料 (2人分)

スパゲティ (1.6mm) …100g
ニンニク (みじん切り) …1片
アンチョビフィレ…1枚
タカノツメ…1本
オリーブ油…大さじ2

●あえ衣

キュウリ (すりおろし) …1本
トマト (1cm角切り) …1個
ミョウガ (輪切り) …2個
大葉 (千切り) …10枚
ナンプラー…小さじ2
レモン汁…小さじ2

塩・こしょう…適宜



作り方

- (1) フライパンにオリーブ油、ニンニク、アンチョビフィレ、タカノツメを入れ、弱火で5分ほど温め、タカノツメを取り出す。
- (2) 鍋に1Lの湯を沸かし、塩13g (分量外) を加えてスパゲティをゆで、ゆで時間の1分前にあげる (ゆで汁は取っておく)。
- (3) (1) のフライパンにゆで上がったスパゲティを入れ、ゆで汁を大さじ3ほど加え、中火にかけ、ゆで汁を吸わせておく。
- (4) ボウルに合わせたあえ衣と (3) のスパゲティを入れて混ぜ合わせ、皿に盛り付け塩・こしょうを振って出来上がり。