

# ♪ エコアのガスでうまがまん♪

コンロ料理

## スープで簡単クリームパスタ



### 材料：2人分

- シーフードミックス・・・100g
- 料理酒・・・大さじ2
- クリームスープの素・・・1袋
- 豆乳・・・150cc
- 青菜など・・・80g
- ミニトマト・・・50g
- 乾燥ハーブ・・・少々
- にんにくおろし・・・小さじ1
- パスタ・・・180g
- ゆで汁・・・大さじ2



① 野菜は食べやすい大きさにカットする。パスタを表示時間より1分間短く茹でる。この時、ガスコンロの便利な「麺ゆで機能」を使うと、自動で茹で具合を調整してくれます。



② 鍋に冷凍したままのシーフードミックス、にんにくおろし、白ワインを入れて蓋をして弱火にかけ、1～2分間沸騰させる。



③ 事前にスープの素を豆乳で溶いておく。よくかき混ぜながら鍋に注ぎ入れる。



④ カットした野菜類、乾燥ハーブ、粉チーズを入れてひと煮立ちさせる。



⑤ パスタのゆで汁を加えてクリームソースをつくり、茹でたパスタと青菜（必要に応じて下茹でする）を加える。



⑥ 全体をよく絡める。