

# ♪ エコアのガスでうまかもん♪

コンロ料理

## ワンパンパスタ

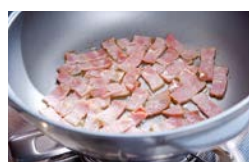


### 材料

- A. ベーコン…40g
  - A. オリーブオイル…小さじ2
  - B. 昆布茶…小さじ3/4
  - B. 水…300cc
  - B. パスタ(ゆで時間6〜7分)…160g
  - C. 青菜やブロッコリーなど(冷凍でも可)…50g
  - D. おろしにんにく…小さじ1
  - D. 鷹の爪…お好みで
  - D. みりん…小さじ4
  - D. こいくち醤油…小さじ2
  - D. ひきわり納豆…2パック
- 大葉や海苔など…お好みで



- ① ベーコンは1cm幅にカットする。青菜などは食べやすい大きさにカットする。



- ② フライパンにオリーブオイルとベーコンをいれて弱火にかける。ベーコンに焼き目がつくまで炒める。



- ③ ベーコンに焼き目がついたら、水、昆布茶、おろしにんにく、鷹の爪(お好みで)を加えて軽く混ぜ、パスタ(必要に応じて半分に折る)を加える。



- ④ 麺がくっつかないように軽くほぐし、蓋をして中弱火で表示時間通りに茹でる。

#### ポイント

この時、ガス台の便利な『タイマー機能』を使うと設定時間にお知らせしてくれます。



- ⑤ 表示時間通りに茹でたら青菜を加えて更に1〜2分間茹でる。

#### ポイント

パスタに芯が残っていたら追加で1〜2分間茹でる。  
水が蒸発してしまったら水を適宜追加する。



- ⑥ 茹であがったら蓋を取り、みりん、こいくち醤油、納豆を加えて混ぜ合わせる。お好みで刻んだ大葉や海苔をトッピングする。