



【ミニトマトのミートソースパスタ】



矢北 真衣 (やぎた・まい) さん

材料 (2人分)

ミニトマト	40 コ (400g)	にんにく	ひとかけ
スパゲッティ (1.4 ミリ)	200g	固形スープの素 (コンソメ)	1 コ (5g)
牛ひき肉	150g	オリーブ油 / ケチャップ	各大さじ 1
生しいたけ	3 枚 (60g)	ウスターソース / しょうゆ	各小さじ 1
たまねぎ	1 コ (100g)	塩 / こしょう (黒)	各少々
にんじん	1 本 (70g)	バジル / ローズマリー / ローレル	各少々
セロリ	(40g)		

手順

- (1) ミニトマトのへたを取る。たまねぎ、にんじん、生しいたけ、セロリ、にんにくはみじん切りにする。
- (2) フライパンを弱火で熱し、オリーブ油、にんにくを入れて炒める。
にんにくの香りがたってきたら、たまねぎ、生しいたけ、にんじん、セロリを加えて弱火で炒める。たまねぎが透明になってきたら、ひき肉を加えて炒める。
- (3) スパゲッティは湯がいておく。
- (4) (2) の全体に火が通ったら、ミニトマトを加え、木べらで転がすようにして炒める。
- (5) 水分が出てきたら固形スープの素を入れて、ミニトマトの皮を取り除く。
そこに、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆを加えて中火で煮詰めていく。
- (6) とろみが出てきたら、バジル、ローズマリー、ローレルを加える。
仕上げに塩、こしょうで味を調える。器に盛り付けたパスタに、ミートソースをかけたら完成。