



【きゅうりのカーニバルパスタ】



黒木 由香 (くろぎ・ゆか) さん

材料 (2人分)

きゅうり	2本 (260g)	〈ゆで汁〉	
にんじん	50g	湯	2リットル
日向夏	1コ (140g)	塩	20g
ミニトマト	5コ		
スパゲッティ (1.4m: ゆで時間 5分)	150g		
くるみ	5g		
アーモンド	5g		
オリーブ油	大さじ 2		
ガーリックパウダー	大さじ 1/3		
ハーブソルト	大さじ 1/3		

手順

- (1) きゅうりの両端を切る。1本は、ピーラーで縦に細長くむいていく。むき終わったら、水にさらす。もう1本は、乱切りにする。
- (2) 日向夏は皮をむいて一口大に切る。にんじんは細切りに、ミニトマトは、4等分に切っておく。くるみとアーモンドは砕いておく。
- (3) パスタは表示された時間通りにゆでて、水にさらし水気をきっておく。
- (4) ボウルに、パスタ、オリーブ油、ガーリックパウダー、きゅうり、にんじん、ハーブソルト、ミニトマト、日向夏を入れ混ぜ合わせる。
全体がなじんだら、器に盛りつけて、くるみとアーモンドを散らしたら完成。