



【セロリのミートソースパスタ】



坂田 妃豊美 (さかたひとみ) さん

材料 (2人分)

セロリ (葉付き)	150g	オリーブ油	大さじ 1
にんじん	70g	ウスターソース	小さじ 1
合いびき肉	150g	固形コンソメスープの素	1コ
ペンネ	150g	塩	ふたつまみ
トマトの水煮 (缶詰)	200g	こしょう (黒)	ふたつまみ
にんにく	1/2 かけ		

手順

- (1) セロリを葉と茎に分ける。茎は筋を取ってみじん切りに。  
葉の半分はみじん切りに、残りの半分はトッピング用に千切りにする。
- (2) にんにくとにんじんをみじん切りにする。
- (3) ペンネを表示時間通りにゆがく
- (4) みじん切りにしたセロリの茎とにんじんをレンジで3分ほど加熱する。
- (5) フライパンにオリーブ油とにんにくを入れて弱火で熱する。  
香りがしてきたら、合いびき肉とセロリの茎、にんじんを加えて中火で炒める。
- (6) ひき肉に火が通ったら、トマトの水煮、ウスターソース、固形コンソメスープの素、塩、こしょうを入れて、煮込む。
- (7) 水分がとんだら、ペンネとみじん切りにしたセロリの葉を加えてソースと絡ませる。  
全体がなじんだら、器に盛ってトッピング用のセロリの葉を散らしたら完成。