

食材2つだけ!

ツナ缶

×

そら豆



調理時間

15分

クリーミーでコク深い味わい

ツナとそら豆のクリームパスタ

材料 (2人分)

ツナ缶詰(油漬け) .. 1缶(70g)

そら豆 .. 12粒

スパゲティ .. 160g

牛乳 .. 200ml

薄力粉 .. 大さじ1と1/3

洋風スープの素(顆粒) .. 小さじ1

塩・こしょう .. 適量

1 材料を切る

そら豆は薄皮に切り込みを入れ、沸騰した湯で2分茹でる。粗熱が取れたら薄皮をむく。

2 炒める

大きめの鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩大さじ1(分量外)を入れてスパゲティを規定時間より1分短く茹でる。フライパンにツナをオイルごと入れて軽く炒める。薄力粉を加えて粉っぽさがなくなるまで炒め、牛乳を3回に分けてかき混ぜながら加える。洋風スープの素、そら豆も入れる。

3 仕上げ

茹で上がったスパゲティを2に加え、塩・こしょうで味を整える。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索