

塩麴レシピ 『塩麴とキャベツの旨いパスタ』

材料(1人分)

パスタ	80g
オリーブオイル	大さじ1
ニンニク	1片
唐辛子	半分
ベーコン	10g
キャベツ	一掴み
ブロッコリー	適量
塩麴	大さじ1~2



作り方

- ① フライパンにオリーブオイルを引き、ニンニク、唐辛子を弱火で加熱して香りを出す。
- ② ①にベーコンを入れコンガリするまで炒め、キャベツ、ブロッコリーはパスタの湯で軽く湯がき、フライパンで炒める。
- ③ パスタの湯で汁を大さじ2程度を加えて乳化させる。塩麴、コシヨウを加えて味を見る。
- ④ 茹で上がったパスタを加えて強火で一気にソースを絡める。味が足りないようなら塩麴を足す。