

なっとうパスタ

／つくってみよう！／

きゅうじつ 休日かぞくごはん



りょうりけんきゅうか
料理研究家
コウケンテツ

ざいりょう 材料 (2人分)



つく 作り方



なべに1.5リットルの湯をわか
し、塩をくわえてまぜます。



スパゲティを袋に書いてある
時間のおりにゆでて、ざるに
あげます。



オリーブオイル 大さじ3を
からめます。



なっとうに、めんつゆとけずり
ぶしをしっかりとまぜます。



ねぎは小口切りにします。



小さいフライパンにオリーブ
オイル 大さじ1を熱して目玉
焼きをつくりまます。



パスタにのりをちぎってちら
し、④のなっとう、⑤のねぎ、
⑥の目玉焼きをのせます。



よくまぜていただきます。好み
で「おいめんつゆ」しても！