



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



我が家の秘伝レシピ教えちゃいます ~キッチンスマイルスタッフ版

明太子パスタ



一人あたりのエネルギー 501kcal	食塩相当量 4.2g	調理時間 約10分
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

スパゲッティ	200g
大葉	2枚
辛子明太子	100g
A マヨネーズ	大さじ2
めんつゆ(2倍濃縮)	大さじ2

■作り方

- ①スパゲッティは袋の表示の通りに茹でる
- ②辛子明太子は薄皮を取り、身をほくしておく
- ③ボウルに①、②、Aを入れて混ぜ合わせる
- ④器に盛り付け、手でちぎった大葉を散らす

cooking memo