

## ツナのトマトクリームパスタ



## 材 料 (2人分)

野菜だし *「明治記念館 野菜だし」	1 袋	玉ねぎ	1/2 個
スパゲッティ	240g	ニンニク	2 片
ツナ缶	1 缶	鷹の爪 (輪切り)	7 個
トマト缶	1 缶	オリーブオイル	50cc
生クリーム	50cc	塩	適宜
イタリアンパセリ	適宜	胡椒	適宜

## ツナのトマトクリームスパゲティの美味しい作り方

- ① 玉ねぎ、にんにくをみじん切りにする。
- ② フライパンにオリーブオイル、玉ねぎ、にんにくと鷹の爪を入れて弱火でゆっくりと炒める。
- ③ ②のにんにくの香りが立ち、玉ねぎがしんなりしたらツナ缶を加える。
- ④ ツナがほぐれてきたら、袋から開けた野菜だし、トマト缶を加えて塩・胡椒で味を整え中火で煮る。
- ⑤ ④の水分が少なくなってきたら生クリームを加えて濃度を調節する。
- ⑥ スパゲッティを指定の時間より1分ほど短めに茹でて ⑤ のソースに加える。さらに茹で汁を50ccほど加えて、1分程度ソースに絡ませる。
- ⑦ お皿に盛り付け、イタリアンパセリを飾る。