

ホッキ貝とニラのアーリオオーリオ ペペロンチーノスパゲティ

材料(2人前)

- ・リングイネ …………… 160g
- ・にんにく(みじん切り) …………… 2片
- ・唐辛子(種を取る) …………… 1本
- ・ホッキ貝(下処理をしておく) …… 3個
- ・ニラ(3cmにカット) …………… 適量
- ・小葱(小口切り) …………… 適量
- ・赤ピーマン(千切り) …………… 1/2個
- ・EXヴァージンオイル …………… 大さじ4



作り方

Let's
Cooking

- ① フライパンにEXヴァージンオイル・にんにく・唐辛子を入れて熱し、にんにくが色づいたらざるにあけます。
- ② ホッキ貝は下処理した後、強火のフライパンでさっとソテーし、一口大にカットします。
- ③ 同じフライパンに①で濾したオイル・パスタの茹で汁大さじ4杯を入れて加熱し、茹であげたリングイネ・ニラ・赤ピーマンを加えて和え、最後にホッキ貝を入れます。
- ④ 仕上げに小葱・①で火を通したにんにくを振りかけます。

MEMO 

