



和風スパゲティ

25分

子どもたちの大好きなパスタの紹介です！



鶏肉とツナでW (ダブル) の旨み！
バター醤油の香りが食欲をそそります♪

☆この日の献立☆

- ・和風スパゲティ
- ・ベイクドじゃが芋
- ・スティック胡瓜
- ・りんご
- ・お茶

材料	幼児2人分
スパゲティ	100g
玉葱	1/2ケ
人参	3cm
ピーマン	1/2ケ
赤ピーマン	1/2ケ
ツナ油漬	20g
鶏もも小間	20g
干し椎茸	1枚
焼き海苔	適量
バター	大さじ1/2
醤油	小さじ1
みりん	小さじ1/3
酒	小さじ1/3

作り方

- ① たっぷりのお湯を沸かす。
- ② 玉ねぎはスライスにする。人参、ピーマン、赤ピーマンは千切りする。干し椎茸は水で戻した後千切りにしておく。
- ③ ①に分量外の塩を加えてスパゲティを茹でる。
- ④ フライパンにバターを入れ、鶏肉と①、ツナの順に炒める。
- ⑤ 茹であがったスパゲティを④に加えて混ぜ合わせる。
- ⑥ 醤油、みりん、酒を加えながら味を整える。
- ⑦ 最後に刻みのりを乗せて完成です！

*味つけはお好みで加減してください。

