

副菜



地場産物を使った給食レシピ

みかわ わふう
美川しらすの和風パスタ



ざいりょう にんぶん
材料 (4人分)

・スパゲティ	80g	・塩、こしょう	各少々
・ベーコン	20g	・コンソメ	小さじ 1/2
・にんにく	1/2 かけ	・しょうゆ	小さじ 1
・オリーブ油	大さじ 1	・バター	大さじ 1/2
・玉ねぎ	1/2 個	・みかわ	
・ほうれん草	1/2 束	・美川しらす	20g
		・剣崎なんば粉	少々

つく かた
＜作り方＞

- ① ベーコンは短冊切り、にんにくはみじん切り、玉ねぎは薄切りにしておく。ほうれん草は下茹でし
しぼり、2～3cm幅に切っておく。
- ② スパゲティを茹でる。
- ③ オリーブ油に、にんにくを入れて弱火にかけ、香りが出たら、ベーコンと玉ねぎに塩、こしょうをして
炒める。火が通ったら、美川しらす、剣崎なんば粉、コンソメ、しょうゆの順に入れ、味をととのえる。
- ④ 茹であがったスパゲティ、ほうれん草、バターを加えて混ぜ合わせる。

※ 上記の分量は副菜としての量です。

美川漁港は、日本海側でしらすが獲れる数少ない漁港です。

「美川しらす」の風味に、白山市の特産品である剣崎なんばでピリッと
アクセントを付けた和風パスタは、春の訪れを感じる味わいです。

POINT

