

学校給食レシピ

令和2年5月

《小松菜とベーコンのトマトパスタ》



〈材料 4人分〉

スパゲッティ (ゆでる)	4束 (400g)
オリーブ油	大さじ1 (12g)
にんにく (みじん切り)	2かけ (10g)
ベーコン (千切り)	4枚 (80g)
玉ねぎ (スライス)	1個 (200g)
ホールトマト (角切り)	1缶 (400g)
トマト (角切り)	1個 (200g)
小松菜 (2cm幅)	1束 (250g)

〈作り方〉

- ① 小松菜はゆでておく。
- ② オリーブ油でにんにくを弱火で炒める。
- ③ ベーコン、玉ねぎ、トマトを①に加えて炒める。
トマト缶は汁ごと入れる。
- ④ 調味料を入れて、味を整える。
①の小松菜を散らす。
- ⑤ ゆでたスパゲッティをお皿に盛り付け、④をかける。

砂糖	大さじ2 (18g)
塩	小さじ2/3 (4g)
こしょう	少々

小松菜はゆでて最後に混ぜると、色鮮やかな
パスタに仕上がります♪
小松菜の緑とトマトの赤で食欲アップ!