

焼きスパゲッティ

材料（4人分）

- | | | | |
|-----------|------|-----------|---------|
| ● スパゲッティ | 100g | ● お好みソース | 36g |
| ● 豚ももスライス | 80g | ● ウスターソース | 20g |
| ● にんじん | 60g | ● 塩・こしょう | 少々 |
| ● キャベツ | 160g | ● 炒め油 | 小さじ 1/2 |
| ● もやし | 80g | ● 青のり | 少々 |
| ● ねぎ | 12g | ● 粉かつお | 少々 |

作り方



- ① 豚肉は食べやすい大きさに切る。
- ② もやしは洗う。にんじんはせん切り、キャベツはざく切り、ねぎは小口切りにしておく。
- ③ スパゲッティを茹でる。
- ④ 炒め油を入れ、豚肉を炒める。
- ⑤ 火の通りにくい野菜から炒めていき、野菜に火が通ったら、調味料を入れ、味を整える。
- ⑥ 茹でたスパゲッティを入れ混ぜ合わせ、最後にねぎを加えて仕上げる。
- ⑦ お皿に盛り付けた後に、青のりと粉かつおをふりかけたらでき上り。