

# 一人つくれる?

## きのこのクリームソースパスタ

**材料** (2人分) スパゲティ (1.7ミリ) 160グラム、シメジ・エノキタケ・シイタケ 合わせて200グラム、タマネギ 4分の1個 (60グラム)、ベーコン 1枚 (16グラム)、クリームチーズ 40グラム、牛乳 200ミリリットル、油 小さじ1、塩 小さじ3分の2 (4グラム)、パセリ 適量 (ひと枝)、ゆで湯 8カップ、ゆで湯用の塩 適量



### ●つくり方●

①なべに湯をわかす。ふっとうしたら塩を少し入れて、スパゲティを広げるように入れ、袋の表示の時間通りにゆでる。

②シメジは根元を切って、手で小房にする。エノキタケも根元を切って、バラバラにする。シイタケは軸を切り取り、ろす切りにする=写真。

③タマネギは繊維にそってろす切りにし、ベーコンは1センチ幅に切る。クリームチーズは2センチの角切りに、パセリは

中に少し芯があるとおいしい



はさみで細かく切る。

④フライパンに油を入れ、ベーコンをいためる。タマネギを加えてすき通るまでいためたら、きのこも加えていためる。

⑤④に牛乳と塩を入れて弱火で煮てから、クリームチーズを加えて、ソースがなめらかになったら火を止める。

⑥スパゲティがゆで上がったから、ソースにからめる。お皿にもり、パセリをちらす。

### 今日のポイント

●スパゲティは、ゆでたときに1本つまんでかじって、中に針の先ほどの芯があるくらいがおいしい目安です。

●きのこにはうまみがふくまれています。いろいろなきのこでつくってみましょう。

レシピ提供：キッズキッチンインストラクター  
相沢菜緒子、岡部祐美