

## ほうれん草の和風パスタ

エネルギー (1人前あたり)  
329kcal

### 【材料2人分】

- ・ スパゲティ
- ・ ほうれん草
- ・ しめじ
- ・ ベーコン
- ・ サラダ油

乾麺 150g  
ほうれん草 100g  
しめじ 100g  
ベーコン 2枚  
サラダ油 適量

#### 調味料

- |         |                  |
|---------|------------------|
| ・ バター   | 20g (2回分)        |
| ・ 醤油    | 大さじ <sup>1</sup> |
| ・ だしの素  | 少々               |
| ・ 塩こしょう | お好みで             |





# ほうれん草の和風パスタ

① スパゲッティを茹で、ザルに上げておく。



② ほうれん草を4cmの長さに切る。しめじは適度にほぐす。  
ベーコンは1cm幅に切る。





# ほうれん草の和風パスタ

---

- ③ フライパンにサラダ油とバター半分を入れて火にかけ、ベーコンとしめじを入れる。



- ④ しめじに火が通ったら、さらに、ほうれん草を入れてなじませる。





# ほうれん草の和風パスタ

---

⑤ 最後にスパゲッティを入れて、  
醤油とバター残り半分とだしの素を加え、手早く炒める。  
お好みで塩コショウで味を整え完成。

