



シャモロックスープpapapaスター☆



材料(2人分)

| | | | |
|-----------|-------------|--------|------|
| シャモロックもも | 200g | しめじ | 1房 |
| にんにく | 2片 | 塩、コショウ | お好み |
| ヤーコン | 1本 | パスタ | 180g |
| 玉ねぎ | 半玉 | | |
| キャベツ | 2枚 | | |
| にんじん(中) | 1本 | | |
| 白ワインor日本酒 | 大さじ1 | | |
| しょうゆ | 大さじ2~3 | | |
| 水 | 400cc | | |
| バター | 10g(お好みで追加) | | |
| コンソメ | 1個(4.5g) | | |

手順

- ① にんにくをスライスカット。ヤーコン、にんじんは千切り。玉ねぎを細めのくし切り。しめじを1つずつにする。キャベツは手で適当な大きさにちぎる。シャモロックはひと口サイズに切る。
- ② フライパンにバターをしいて、にんにくを炒める。
- ③ シャモロックを炒める。→白ワインか日本酒をかける。
- ④ 肉に火が通ったら、玉ねぎをしんなりするまで炒める。
- ⑤ にんじんを炒める。
- ⑥ ヤーコンを炒める。→しめじ、キャベツを入れる。火が通ったら、水、コンソメを入れてぐつぐつと10分ほど煮込む。
- ⑦ 半分に折ったパスタを入れて、くっつかないようにお箸でかき混ぜ、中火で1~2分加熱。
- ⑧ 蓋をして火を止めて、パスタのゆで時間分待つ。
- ⑨ 蓋をあけて麺をほぐす。
- ⑩ お好みでしょうゆ、こしょう、塩、バターなどで味をととのえて完成!!

※ 大きめのフライパンを使用してください

コツ・ポイント

シャモロックの歯ごたえ、そして煮込むことで味わい深い“だし”も楽しんでもらえます。フライパン1つでできます!!

レシピ誕生の経緯

シャモロックを使ってパパッとパスタができ、スター☆級のおいしさを表現しました。