



ミートソースの Pasta

保温
Pasta袋の
表示時間

(材料・2人分)

ミートソース用
合いびき肉 200g
玉ねぎ 50g
にんにく 1片
赤唐辛子 1本
オリーブ油 大さじ2
トマト水煮 1缶(400g)
塩 小さじ1
砂糖 ふたつまみ

Pasta用
Pasta(1.4mm) 160g
水 2ℓ
塩 小さじ2
タイム 適量

(作り方)

＜ミートソースを作る＞

- ① 玉ねぎはみじん切りにし、にんにくは皮をむき、半分に切って芯を取り除き漬す。赤唐辛子はぬるま湯に漬けて柔らかくなったらヘタの部分をハサミで切り、爪楊枝等で種を取り出す。
- ② 厚手の鍋にオリーブ油とにんにくを入れて弱火にかけ、香りが立ったら玉ねぎを加えて中火にして透き通るまで炒める。合いびき肉を加えて炒め、白っぽくなったら赤唐辛子、トマト水煮を加えて混ぜる。煮立ったら弱火にして10分煮込み、塩・砂糖で味を調える。※ミートソースを煮込む間にPastaを茹でる。

＜Pastaを茹でる＞

- ① 調理器に水を入れて中火にかけ、煮立ったら塩を加えて、Pastaを入れる。Pastaが全部お湯につかったら火を止めてフタをする。
- ② 保温器に入れ、Pasta袋の表示の時間に従い保温する。Pastaをザルにあげ、しっかりと水気を切って器に盛り、ミートソースをかけてタイムを飾る。