

<p>【作品名】 イカの塩辛パスタ</p>	<p>えんどう りこ 氏名 遠藤 理子</p>		
<p>【材料】（4人分） <u>牛乳 400ml</u></p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>〈イカのクリームソース〉</p> <p>イカの塩辛 140g 酒 大さじ4 生クリーム 400ml 塩 適量 こしょう 適量 みそ 大さじ2 サラダ油 適量</p> <p>〈パスタ〉</p> <p>スパゲッティ 320g 塩(ゆで用) 適量</p> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>〈盛りつけ〉</p> <p>イカ 1杯 味付け山菜 適量 バター(イカ用) 3g バター(山菜用) 6g 刻みのり 適量 あさつき 4本 粗びきこしょう 適量</p> </td> </tr> </table>		<p>〈イカのクリームソース〉</p> <p>イカの塩辛 140g 酒 大さじ4 生クリーム 400ml 塩 適量 こしょう 適量 みそ 大さじ2 サラダ油 適量</p> <p>〈パスタ〉</p> <p>スパゲッティ 320g 塩(ゆで用) 適量</p>	<p>〈盛りつけ〉</p> <p>イカ 1杯 味付け山菜 適量 バター(イカ用) 3g バター(山菜用) 6g 刻みのり 適量 あさつき 4本 粗びきこしょう 適量</p>
<p>〈イカのクリームソース〉</p> <p>イカの塩辛 140g 酒 大さじ4 生クリーム 400ml 塩 適量 こしょう 適量 みそ 大さじ2 サラダ油 適量</p> <p>〈パスタ〉</p> <p>スパゲッティ 320g 塩(ゆで用) 適量</p>	<p>〈盛りつけ〉</p> <p>イカ 1杯 味付け山菜 適量 バター(イカ用) 3g バター(山菜用) 6g 刻みのり 適量 あさつき 4本 粗びきこしょう 適量</p>		
<p>【作り方】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① イカをさばく。短冊切りにする。 ② ①をバターで炒め、取り出しておく。 ③ 味つけ山菜をバターで炒め、取り出しておく。 ④ 大き目のフライパンに油を熱し、イカの塩辛を炒める。 ⑤ ④に酒を入れてアルコールを飛ばす。 ⑥ ⑤に牛乳と生クリームを加える。 ⑦ ⑥に塩、こしょう、みそを加え、味を調える。 ⑧ パスタをゆでる。 ⑨ ⑦のクリームソースの中に、ゆであがったパスタを入れる。 ⑩ ⑨を皿に盛り、②のイカと③の山菜を散らし、粗びきこしょうをふり、刻みのりと小口切りにしたあさつきをのせる。 			
<p>【ポイント】</p> <p>みそを加えることで、クリームソースの味にコクが出るようにしました。 あまり時間がない時でも、短時間で作れます。</p>			