子育てレシピ　令和８年１１月

和風スパゲティ



材　料（大人２人分）

- スパゲティ・・・・　７５g
- オリーブ油・・・小さじ１
- 人参・・・・・・・・1/4 本
- ベーコン・・・・・　25ｇ
- 玉ねぎ・・・・・　１/２個
- しめじ・・・・・　１/３株
- 小松菜・・・・・　１/４株
- A
  - コンソメ・・・・・　１ｇ
  - しょうゆ・・・小さじ１
  - 塩こしょう・・・・少々
- 刻みのり・・・・・・少々

作り方



①スパゲティは表示時間どおりにゆでてザルにあげ、オリーブ油を回しかけてなじませる。

②人参、ベーコンは短冊切り、玉ねぎは薄切り、しめじはさいて食べやすい大きさにする。小松菜はさっとゆで、１㎝の長さに切る。



③フライパンにベーコンを入れ炒め、人参、玉ねぎ、しめじを加えて炒め、火が通ったらＡで味をととのえる。

④③にスパゲティ、小松菜を加え炒める。

⑤皿に盛りつけ、刻みのりをかける。



♡ベーコンをウインナーに、しめじをしいたけやえのきたけに変えてもおいしく作れます。
♡刻みのりは味付けのりを切っても良いです。

府中市　子育てレシピ　検索

問い合わせ先：府中市子育て応援課