

レンジで簡単にできる

ベーコンと小松菜の和風スープパスタ



材 料 (カップ1人分)

ベーコン・・・・・・・・・・ 1/2枚
小松菜・・・・・・・・・・ 20g
えのき (小袋のもの)・・・ 1/4袋
水・・・・・・・・・・ 1カップ
しょうゆ・・・・・・・・・・ 大さじ1/2
マカロニ (早ゆで)・・・・・・ 15g

作り方

- ① ベーコンは2cmに切り、小松菜とえのきは根元を切り落とし2cmに切る。
- ② 耐熱の器に水・しょうゆを入れて混ぜ、マカロニを入れる。①をのせ、ラップをかけずにレンジで5分ほど加熱する。全体をよく混ぜる。



ひとくちメモ

- ・キッチンばさみで切ると、包丁やまな板が汚れずにすみます。
- ・年齢が小さいお子さんにはベーコンのかわりに、鶏ミンチをほぐして加えると良いです。

問い合わせ先：
府中市女性こども課