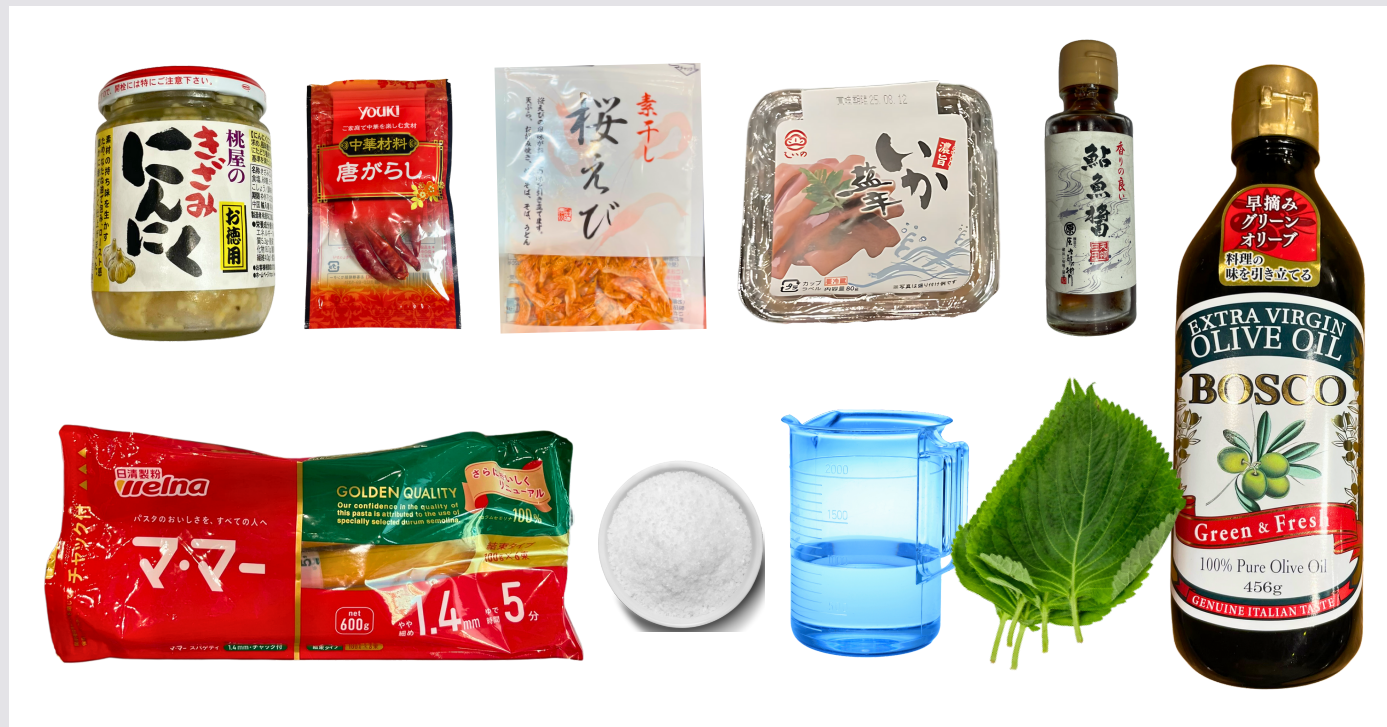


桜えび×塩辛×魚醤 トリプル魚介の ワンパン脳汁ペペロンチーノ



2人前材料

- ・ パスタ…200g
- ・ オリーブオイル…大さじ5
(ニンニク炒め大さじ4、仕上げ大さじ1)
- ・ にんにく…みじん切り2かけ分
- ・ 唐辛子…5g(1本)
- ・ 乾燥桜えび…6g (大さじ4)
(もっと多くてもOK。後乗せもお好みで)
- ・ いかの塩辛…30g
- ・ 鮎の魚醤…小さじ1.5
- ・ 塩…小さじ1/4
- ・ 水…680ml
- ・ 大葉…5枚

フライパン一つ
簡単調理
アレンジ無限大

作り方

- ・ フライパンにオリーブオイル大さじ4、にんにく、唐辛子を入れ弱火にかける
- ・ にんにくがフツフツとしてきたら桜えびを加え、じっくり炒め香ばしさを引き出す
- ・ にんにくと桜えびが香ばしく色づいてきたら塩辛を入れ軽く炒める。
- ・ 水と魚醤と塩を加えて沸騰させる。
- ・ パスタを押しこむように入れる。
- ・ 表記時間通り (5分) 中火～強めの中火で煮込む。途中軽く混ぜる。
- ・ 残り1分で味見→薄ければ塩を少しずつ追加して整える。
- ・ 汁気が軽く残り、とろみが出てきたら火を止める。パスタが固ければ少し水を追加する。
- ・ 大葉を半分加えて余熱で混ぜる。
- ・ 盛り付け後、仕上げにオリーブオイル大さじ1、乾燥桜えび、残った大葉をふる。
- ・ 完成！生の塩辛をトッピングしてもOK！