

## 春キャベツのペペロンチーノ



### 【材料・一人前】

・スパゲッティ	100g
・塩(ゆで塩)	0.5g
・オリーブオイル	10g
・にんにく(みじん切り)	6g
・ベーコン(1cm幅)	30g
・春キャベツ(一口大)	60g
・塩コショウ	1g
・コンソメ	1.5g
・赤唐辛子(輪切り)	0.1g
・パセリ	0.1g

1. キャベツ・にんにく・ベーコンを各大きさに切ります。
2. スパゲッティを袋に記載されている時間の1分前の時間でゆでます。  
この際、ゆで塩はゆでるお湯の量の1%が良いみたいです。(ゆでた汁は後で使うので取っておきます)
3. 温めていないフライパンにオリーブオイルを入れてにんにく、唐辛子、パセリを加えます。
4. 弱火で炒め香りをオリーブオイルに移して行きます。
5. 香りがたってきたらベーコン、キャベツを加えて炒めます。
6. キャベツがしんなりしたらパスタのゆでた汁を加えて強火にしてかき混ぜながら乳化させ、とろみをつけます。
7. スパゲッティを加えて塩コショウ、コンソメで味を決めます。

**※火や包丁をつかうときは大人の人と一緒にしましょう。**