

特製レシピ

秋田の魚を食べようキャンペーン
～みんなで食べよう！地魚応援フェア～

「イカ」

アスパラガスとイカのスパゲッティ



【材料】 2人分 調理時間：15分

スパゲッティ ……200 g
グリーンアスパラガス ……4本
イカ ……1杯
塩 ……適量

キューピー3分クッキング
パスタを手作りオイルソース
ガーリック＆赤とうがらし
……大さじ4

【作り方】

- (1) グリーンアスパラガスはピーラーで下半分の皮をむいて、斜め薄切りにする。
イカは皮付きのまま、5mm幅の輪切りにする。
- (2) スパゲッティは塩を加えた熱湯で、袋の表示より1分短くゆでる。
- (3) フライパンにオイルソース大さじ2を入れて火にかけ、(1)を炒める。
- (4) (3)に(2)を加えてさっと炒め、残りのオイルソースを加えて全体にからめ、
味をととのえる。

レシピ提供

kewpie 

キューピー株式会社

秋田県



みんなで食べよう！

地魚応援フェア