＼ Let's cook！ ／

料理名

作った写真を
はり付けてみよう

コメント

材料：4人分

- パスタ：200g
- エビ：8尾
- イカ：2杯
- アサリ：200g
- にんにく：2かけ
- オリーブオイル：大さじ2
- 白ワイン：100ml
- 塩：適量
- 黒胡椒：適量
- クリームスープ：

作り方

1. パスタはゆでておく。エビとイカは下ごしらえをしておく。
2. フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて炒め、エビとイカを加えてさらに炒める。アサリと白ワインを加えて蓋をして蒸し焼きにする。
3. アサリの殻は取り出してクリームスープの材料に加え、煮込む。パスタを加えて混ぜ、塩と胡椒で味を調える。
4. スープはミキサーにかけてなめらかにし、塩と胡椒で味を調える。パスタを盛り付け、スープを注ぎ、パセリを振って完成。

- アサリの殻：200g
- たまねぎ：1個
- にんにく：1かけ
- 生クリーム：200ml
- 塩：適量
- 黒胡椒：適量
- パセリ：適量