

【キノコのパスタの作り方】(500 W の場合)

- ① しめじは石附を取って、手で分ける。



- ② まいたけも、手で分ける。

- ③ エリンギはキッチンバサミで3cmに切って、手でさく。



- ④ レンジ容器に水100ccを入れる。



- ⑤ スパゲティを半分に折ってバラバラにほぐして入れる。



- ⑥ 上にしめじ、まいたけ、エリンギ、ツナをのせて、蓋をしないで4分加熱する。

- ⑦ 取り出してよく混ぜる。

- ⑧ 麺つゆ大さじ2とバターをのせて蓋をしないで3分加熱する。

- ⑨ よく混ぜて盛りつけ、きざみのいをかける。