

スパゲティミートソース



材料（4人分）

スパゲティ 4人分 オリーブオイル 大さじ1

豚挽き肉 160g 玉葱 120g（小1個）

にんじん 1/10本 ピーマン 1/2個 トマト 1/4個

酒 小さじ1 にんにく（すりおろし）少々 油 大さじ1

鶏がらスープ顆粒 小さじ1/2 砂糖 小さじ1

トマトピューレ 150g ケチャップ 大さじ3

塩・こしょう 少々

粉チーズ 適量

作り方

- 1 野菜はトマト以外すべてみじん切りにする。
トマトは湯むきして1CM角位にカットする。
- 2 鍋に油を熱し、にんにくを炒めて香りが出てきたら
ひき肉を炒めて塩こしょうし、酒をふる。
みじん切りにした野菜を加えて、よく炒める。
- 3 トマト、トマトピューレ、ケチャップ、鶏がらスープ顆粒
を入れて煮込む。
- 4 砂糖、塩こしょうなどで味を調整し、火を止める。
- 5 スパゲティは沸騰した湯でゆでる。オリーブオイルを絡
ておく。
- 6 スパゲッティを皿に盛りミートソースをかける。
お好みで粉チーズをかけて。

ワンポイント♪

スパゲッティは袋の表示の倍の時間ゆで、やわらかく仕上げて
います。

野菜はフードプロセッサーで細かいみじん切りにしています。