

# 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 お好みで

## 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 スパゲティは半分に折って沸騰した湯でゆでる。  
オリーブオイルを絡しておく。
- 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より長くゆで、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。