

# 美味!伊達な御馳走



## ～材料～



パスタ	1人分
■塩レモン	小さじ2
■牛乳	100cc
ささみ	1切れ
ブラックペッパー	少々
オリーブオイル	少々
塩	少々
かいわれ	飾り用
酒	大さじ1

## 【塩レモン牛乳パスタ】

## ～作り方～

1

鍋に湯を沸かし、塩を加えパスタを茹でる。  
パスタは指定のゆで時間より1分長く茹でる。

2

ささみと酒を耐熱容器かシリコンスチーマーに入れ、レンジで1分くらい加熱する。

3

ささみの粗熱が取れたら、身をほぐしておく。

4

牛乳に塩レモンを入れ、混ぜておく。

5

パスタが茹であがったら、冷水で冷やし水を切り大きめのボウルに入れ、オリーブオイルを加えて混ぜる。

6

皿にパスタを盛り塩レモン牛乳とほぐしたささみ、ブラックペッパーを入れる。

7

最後にかいわれを添えて出来上がり。

8