

ボロネーゼパスタ



材料【4～5人分】

スパゲッティ	200g	サラダ油	適量	} A
合い挽き肉	200g	トマトケチャップ	100g	
玉ねぎ	1個	赤ワイン	おおよそ 大さじ1	
人参	ちゅう中 1/2本	塩	しょうしょう 少々	
トマト缶	1缶	こしょう	しょうしょう 少々	
		ナツメグ	適量	
		粉チーズ	適量	

～作り方～

- ① スパゲッティは硬めに茹でておく。
- ② 玉ねぎはスライス、人参は千切りにしておく。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、合い挽き肉とナツメグを炒める。
- ④ 玉ねぎ、人参を入れ、火が通ったら、トマト缶と調味料Aを加え煮込む。
- ⑤ 最後に①を入れ味を調べて仕上げる。
- ⑥ 皿に盛り付け、好みで粉チーズをかける。



ボロネーゼは、イタリアの都市ボローニャ発祥の料理です。
 合い挽き肉をトマトや赤ワインで煮込んだソースに、タリアテッレ
 という平麺を絡めたパスタです。
 給食では、食べ慣れたスパゲッティで、ボロネーゼ風のアレンジ
 しました。