

# わふう 和風スパゲッティ



## 材料【4～5人分】

スパゲッティ	150g	サラダ油	適量	
牛肉	100g	バター	10g	
玉ねぎ	中 1/2個	淡口醤油	大さじ2	} A
人参	1/4個	酒	小さじ1	
しめじ	80g	塩	小さじ1/2	
ピーマン	1個	こしょう	少々	

## ～作り方～

- ① 牛肉は食べやすい大きさに切り、玉ねぎはスライス、人参、ピーマンは細切りにしておく。
- ② しめじは石突きを取り、小房に分けておく。
- ③ スパゲッティは固めにゆでておく。
- ④ フライパンにサラダ油を熱し、牛肉、玉ねぎ、人参の順に炒める。
- ⑤ 火が通ったら、しめじ、ピーマン、調味料Aを入れ、さらに炒める。
- ⑥ 最後に、③とバターを加え、塩、こしょうで味を調べて仕上げる。



牛肉には、体を作る手助けをするたんぱく質が豊富に含まれています。

牛肉や野菜を使い、バターの風味を利かせた、和風のスパゲッティです。スパゲッティは好みの固さにゆでてくださいね。