

菜の花のパスタ



▼材料（2人分）

- 菜の花 …1束
- にんにく …2個
- パスタ …160g
- A：
 - ・生クリーム …大4
 - ・塩 …適宜
 - ・コンソメ顆粒 …小1
- パルメザンチーズ …大2
- オリーブ油 …大2
- 塩、黒こしょう …各適量

▼作り方

- ① 菜の花はラップでぴっちり包み、レンジで1分加熱をする。
- ② パスタは塩湯でアルデンテに茹でる。
- ③ フライパンでオリーブ油とにんにくをつぶしたものを炒める。
- ④ ゆで汁（大2）とAを加える。
- ⑤ ①と②、パルメザンチーズを混ぜ、皿に盛り黒こしょうをふる。