

さやえんどうのパスタ



▼材料（1人分）

- パスタ …75g
- さやえんどう …50g
- にんにく …1片
- オリーブ油 …大2
- 塩、こしょう …各適量

▼作り方

- ① 筋を取ったさやえんどうを濃い目の塩加減で茹でる。
- ② たっぷりの塩湯でパスタをゆがく。
- ③ フライパンにオリーブ油を入れにんにくをつぶしたものをよく炒める。
- ④ 茹で汁を大2加え、塩加減をみる。
- ⑤ パスタを混ぜて器に盛り、こしょうをふる。