



村で購入できる食材を使って旬で手軽な料理を紹介するよ!



今月の食材

うど



## 春の香 うどのパスタ

### 材料 (2人分)

スパゲッティ	200g
新玉ねぎ(小)	1玉
ウインナー	3本
うど	15cm
ふきのとう	2個
カイワレ大根	1/2パック
さば缶(水煮)	1缶
刻みのり	少々
油	少々
塩・こしょう	少々
しょうゆ	大さじ1
こぶ茶	ふたつまみ

### 作り方

1. たっぷりの湯を沸かし、スパゲッティを規定の時間ゆでる。
2. 新玉ねぎは1cmにスライスし、ウインナーは1本あたり6等分位に斜め切りにする。
3. うどは皮をむき、3cm長さにスライスし、水につけてあく抜きする。
4. ふきのとうは粗みじん切りにし、カイワレ大根は半分に切る。
5. フライパンで油を熱し、2とさばの水煮を加えて炒め、塩・こしょうで味をととのえる。
6. 水気をきった1に、4と5を入れて混ぜ、しょうゆ、こぶ茶で調味する。
7. 器に移し、刻みのりをちらせば出来上がり!!