

春キャベツとたらこのパスタ おすすめレシピ



材料(2人前) 🔥449kcal 🕒15分

春キャベツ	1/4個
たらこ	40g
スパゲッティ	160g
塩	大さじ1
バター	大さじ1
マヨネーズ	大さじ1
レモン汁	少々
塩	少々
こしょう	少々
刻みのり	適宜

※エネルギーは1人前の値です。

- 1 春キャベツは芯を取り、ざく切りにする。たらこは中身を出しておく。
- 2 やわらかくしたバターをボウルに入れ、たらこ、マヨネーズ、レモン汁を和えておく。
鍋にたっぷりの湯を沸かし、大さじ1くらいの塩を入れ、スパゲッティを表示の時間茹でる。途中で1のキャベツを加え、ザルに上げる。
- 3 2のボウルに3のスパゲッティと春キャベツを温かいうちに加えて和える。皿に盛り、刻みのりをふる。