

しいたけのクリームスパゲティ

平成二十一年度

奨励賞

廣瀬凜

【材料(4人分)】

乾しいたけ	20g
しいたけの戻し汁	100cc
とり肉	100g
玉ねぎ	大さじ1/2コ
ニンニク	1片
牛乳	400cc
小麦粉	大さじ3~4
生クリーム	100cc
水	適量
スパゲティ麺	320g
オリーブ油	少々
塩・コショウ	少々



(写真は2人分)

調理方法

(1)	乾しいたけを水100ccにつけ1晩、冷蔵庫におく。 しいたけの足を取り、乾しいたけを刻む。
(2)	とり肉は細かく刻む。玉ねぎは細切りにする。ニンニクはすりおろす。
(3)	フライパンにオリーブ油を入れ、ニンニクを炒め香りが出てきたら、とり肉、玉ねぎを入れ、火が通ったら小麦粉を振り入れる。
(4)	しいたけのもどし汁でのばしとろみがついたら戻した乾しいたけ、牛乳、水を加えゆっくり弱火で煮る。
(5)	生クリームを入れひと煮立ちしたら塩こしょうで味を整える。 (とろみがつきすぎたら水でのばす)
(6)	スパゲティを固めに茹でる。
(7)	茹で上がったスパゲティに(5)をからめる。