

鯖と香味野菜の冷製和風パスタ

使用商品 塩分を気にする人のおいしいしょうゆ



調理時間
(目安) 15分

料理特徴

風味よい香味野菜をたっぷりとのせたパスタに、わさびの辛味がアクセントのソースをかけた冷製パスタです。

材料 2 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
パスタ(乾燥・1.4mm)	160g		
鯖(刺身用)	120g		
ミニトマト	4個		
きゅうり	1/2本		
レタス	2枚		
みょうが	2個		
青じそ	4枚		
<ソース>			
おいしいしょうゆ	大さじ2		
オリーブオイル	大さじ2		
わさび	2g		

作り方

- ①鯖は一口大、ミニトマトは4等分、きゅうり・レタスは細切りにする。
- ②みょうが・青じそは細切りにする。
- ③たっぷりのお湯でパスタを茹で、冷水にさらして水気を切る。
- ④①・③を合わせて皿に盛って②をのせ、<ソース>をかけて出来上がり。