

◆海苔わさびクリームパスタ◆

リュウジさん 考案 × 菅良太郎さん

〈材料〉

- * パスタ 100g (茹で時間2分)
- * バター 10g
- * ごはんですよ！
- * 三倍濃縮めんつゆ 大さじ1弱
- * 豆乳 100ml
- * チューブわさび 4センチ
- * 小ねぎ 適量



〈作業工程〉

- 1 パスタをゆでる (茹で時間 2分)
- 2 熱したフライパンにバター10g、ごはんですよ！大さじ1半
めんつゆ大さじ1弱、豆乳100cc を入れ、弱火で温める
- 3 パスタを湯切りして、フライパンにパスタを入れ、あえる
- 4 わさびを加え、よくからめる
- 5 盛り付け、小ねぎとごはんですよ！をのせる

◆ベリッシモ風たらこパスタ◆

ベリッシモ・フランチェスコさん 考案 × 向井慧さん

〈材料〉

- * パスタ 100g
- * たらこ 60g~80g
- * ライム
- * 生クリーム 60 cc
- * ペコリーノチーズ 粉 40g
- * イタリアンパセリ みじん切り 適量
- * 無塩バター 20g



〈作業工程〉

- 1 鍋にパスタをいれてゆでる(茹で時間4分)
- 2 鍋にボウルを乗せ蒸気でバターを溶かす
- 3 バターに生クリームを加える
- 4 ペコリーノチーズを加える
- 5 イタリアンパセリを加える
- 6 たらこの皮を取りまぜる
- 7 湯切りしたパスタをからめる
- 8 ライムの皮をすりおろす

◆ナポリタン焼きそば◆

下条美緒さん 考案 × 尾形貴弘さん

〈材料〉

- * やきそばの麺 1袋
- * ハム 2枚
- * ピーマン 半分
- * 玉ねぎ 4分の1
- * しめじ 4分の1
- * ケチャップ 大さじ1半
- * ウスターソース 酒 水 各大さじ半
- * 砂糖 ふたつまみ
- * バター 10g
- * 粉チーズ 大さじ2
- * サラダ油 適量
- * たまご 1個



〈作業工程〉

- 1 玉ねぎをスライサーでスライスする
- 2 袋のままのやきそばの麺と玉ねぎをラップし
2つを一緒に600Wの電子レンジに1分半かける
- 3 ピーマンを横薄切りする、ハムを1cm幅に切る
- 4 ケチャップ大さじ1、ウスターソース大さじ半、酒大半、水大さじ半、
砂糖2つまみを混ぜ、ソースをつくる
- 5 熱したフライパンにバターをひき
ピーマン、しめじ、玉ねぎを炒める。塩4分の1をふる。
- 6 もうひとつのフライパンに油をしき、目玉焼きをつくる
- 7 焼きそばをフライパンに加え、4のソースと粉チーズを加える
- 8 盛り付け、目玉焼きを乗せる