

きのこと鶏むね肉のクリームパスタ

※写真はイメージです。



調理時間：約20分以内

材料(2~3人分)

パスタ	250g
マーガリン	大さじ2
しめじ	1パック
えのき	1袋
※他まいたけ、エリンギ等	
鶏むね肉	100g
薄力粉	大さじ2
塩コショウ	少々
酒	大さじ2
生クリーム	200cc
醤油	大さじ1
水	大さじ2
コンソメスープの素(顆粒)	小さじ1

作り方

- きのこ類は、石突の部分を切り落とし、バラバラにしておき、鶏肉は幅1cmくらいの短冊切りにします。
- ビニール袋を用意し①の鶏肉を入れます。塩コショウし、薄力粉をいれたら、シェイクしましょう。薄力粉が全体に絡んだらOKです。
- フライパンを用意しマーガリンを入れたら鶏肉ときのこ類を入れ炒めます。全体にマーガリンが絡んだら酒と水をいれ蓋をし弱火で3~4分煮ます。

たっぷりのお湯でパスタをゆでましょう。

- ③の具材に火が通ったら生クリームと、コンソメスープの素を入れます。
- ④のクリームがなじんだら醤油を入れましょう。ほんの少し醤油を入れることで味にコクがでます!
- ⑤に茹でたパスタを入れ、クリームソースに絡め、お皿に盛ったら出来上がりです。

