



## きびめんのトマトパスタ



材料（2人～3人分）

きびめん……………200g

タマネギ……………1個

ニンジン……………中3／4本

しめじ……………1／2袋

にんにく……………1片

一口カツ用豚肉……………250g

トマト缶（カットタイプ）……………1缶（240g）

コンソメの素……………1袋（5g）

米粉……………適宜

塩・コショウ……………適宜

オリーブオイル……………適宜

### → つくりかた

1. タマネギは皮をむき、半分に切る。片方はみじん切り、残りはうす切りにする。ニンジンも皮をむき、粗めのみじん切りにする。しめじはいしづきをとり、粗めのみじん切りに。豚肉は食べやすい大きさに切り、米粉をまぶしておく。
2. 熱したフライパンにオリーブオイルを敷き、みじん切りにしたにんにくを中火で炒める。
3. 豚肉を入れ、少し焦げ目がつくよう、両面を焼く。
4. 3にタマネギ、ニンジン、しめじを加えて、野菜がしんなりするまで炒める。
5. トマト缶、水100ccを入れ、コンソメの素を加えて煮詰め（7～8分）、塩・コショウで味を整える。
6. 別の鍋でお湯を沸騰させ、袋の表示通りにきびめんをゆでる。（5分～7分）
7. ゆでたきびめんを皿に盛り、5のトマトソースを上からかける。お好みでバジルを散らしてもOK