

なつやさい れいせい 夏野菜の冷製パスタ&ぷるるんゼリー

★材料 (4人分)

さかえまち児童館 おひるごはんをつくろう

2016. 8. 19

夏野菜の冷製パスタ

パスタ	400g	カットトマト缶	1缶
なす	中1本	にんにく	1片
たまご	1個	◎ケチャップ	100g
ズッキーニ	1/2本	◎コンソメ顆粒	10g
ハーフベーコン	3枚	◎塩、こしょう	少々
ツナ缶	1缶	オリーブ油	適量

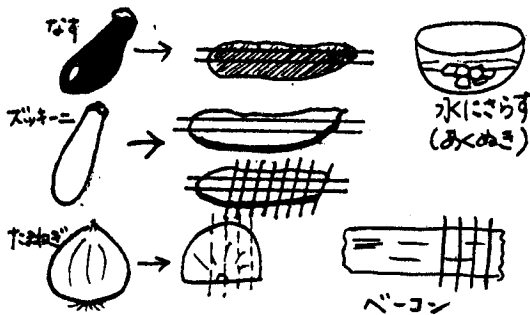
ぷるるんゼリー

ぶどうジュース	500cc
アガー (寒天・海藻のゲル化剤)	12.5g
砂糖	大さじ1

☆ フルーツを入るときは分量がかわります!!

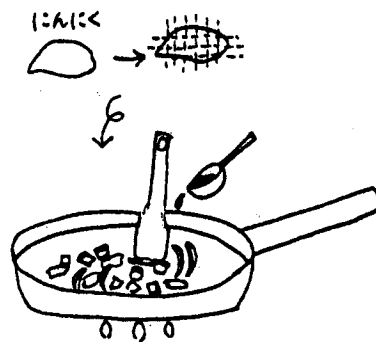
★作り方

①



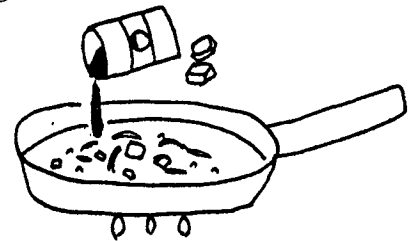
ナスは、さいのめじょうき自状に切り水にさらす。ズッキーニもさいのめじょうき自切りにし、たまご玉ねぎはうすぎ薄切り、ベーコンは細切りにする。

②



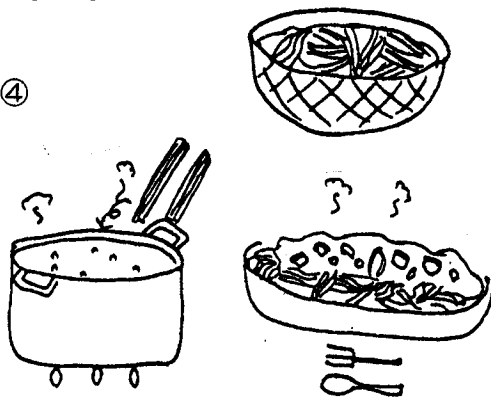
フライパンにオリーブ油を入れ中火にかけ、ナスズッキーニを炒める。皿に取り出す。

③



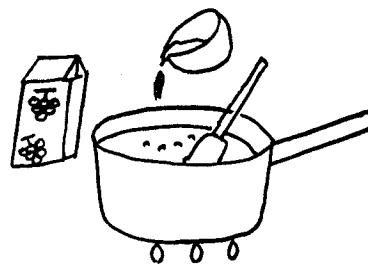
フライパンにオリーブ油とみじん切りしたにんにくをよく炒めたら、ツナとベーコン、玉ねぎカットトマト缶を加え、コンソメ、塩コショウ、ケチャップを入れ炒める。

④



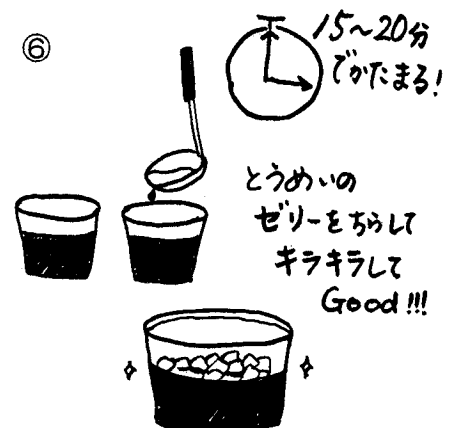
パスタのお湯を沸かし、パスタの心が残らないようにゆでる。水にさらして冷ます。器にパスタを入れて、③のソースをかけて、好みでパルメザンチーズをかける。

⑤ゼリーを作る



アガーに砂糖を加えて混ぜておく。鍋にグレープジュースを入れて火にかける。あたたまったたらアガーと砂糖を入れてよく混ぜる。

⑥



容器にゼリーの液を流し入れて、冷めてから冷蔵庫に入れて冷やす。