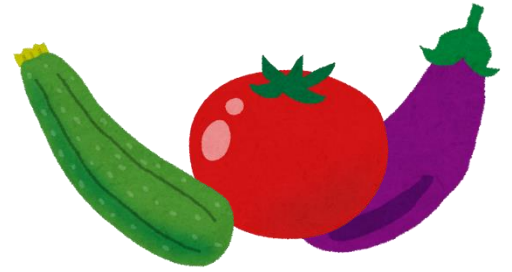


夏パスタ



材料 (4人分)

ベーコン	40 g
ツナ	2 缶
なす	2 本(1 cm角切り)
ズッキーニ	1 本(1 cm角切り)
玉ねぎ	大 2 玉(粗みじん切り)
トマトダイス缶	150 g
ケチャップ	130 g
油	適量
塩・こしょう	少々

作り方

- ① フライパンに油を入れ、なすとズッキーニを炒める。
- ② ①を一旦取り出し、玉ねぎを少し色づくまでしっかり炒める。
- ③ ②にトマトダイス缶、ケチャップ、ツナを入れて酸味がなくなるまで煮込み、①を加え塩こしょうで調味する。
- ④ スパゲティは別茹でして、油でソテーする。

*学校では、スパゲティを炒めていますが、茹でたものにかけても美味しく食べられます。