



# 春のおうちで本格！パスタレシピ



## キャベツとアンチョビーのスパゲティ

4人分

スパゲティ (1.6mm)	320g
キャベツ	1/2個 (600g)
アンチョビーフィレ	50g
にんにく	1片

赤唐辛子	1本
粗挽き黒こしょう	少々
塩	適量
オリーブオイル	適量



- ① キャベツは葉をはずし、固い葉脈を切りとって一口大に切る。葉脈は厚みを半分に切る。アンチョビーはざく切りにする。赤唐辛子は種を除く。
- ② 鍋にお湯3ℓを沸かして塩を小さじ2を加え、スパゲティを入れて袋の表示時間通りにゆでる。ゆで上がる4分前にキャベツの葉脈、葉の順に入れて一緒にゆでる。
- ③ スパゲティをゆで始めたら、フライパンにオリーブオイル大さじ4、みじん切りしたにんにく、赤唐辛子、アンチョビーを入れて弱火にかける。香りが立ったら火を止めておく。
- ④ スパゲティがゆで上がったら、ゆで汁を少しとり置いてザルにあげる。③を再び火にかけ、スパゲティとキャベツを加え、様子を見ながらゆで汁を適量加えて手早く炒め合わせる。
- ⑤ 器に盛り、粗びき黒こしょうをふる。

## レモンマフィン レモンアイシングかけ

小8個分



薄力粉	100g
ベーキングパウダー	5g
バター	70g
砂糖 (上白糖)	70g
■グロスアロー (アイシング)	
粉砂糖	40g

卵	1個
牛乳	70cc
レモンの皮のすりおろし	1個分
レモン果汁	1/2個分
レモン果汁	1/2個分



- ① 下準備・薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。バターは常温で柔らかくしておき、オーブンは180℃に予熱しておく。
- ② バターを白っぽくなるまで泡立て器ですり混ぜ、砂糖を2～3回に分けて加えてさらにすり混ぜる。卵を溶いて数回に分けて加える。
- ③ 粉類1/2、牛乳1/2、粉類残り1/2、牛乳残り1/2の順に入れ、その都度ゴムベラでさっくり混ぜる。
- ④ そこにすりおろしたレモンの皮と果汁を加えて混ぜ、型に入れて180℃で20～30分焼く。
- ⑤ 竹串を刺して生地がついてこなければ、出来上がり！食べる前にレンジで少しチンすると、焼きたてのふんわり感がです♪