



館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ



今回は、館山で旬を迎えているとうもろこしを使ったレシピをご紹介します。
夏野菜を代表する、甘味あるとうもろこしは、各御家庭で簡単に作れる料理です。
ぜひお試しください。(川上)

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>

No.73 とうもろこしと唐辛子入りのスパゲッティ

材料(2人分)

スパゲッティ (6分茹での細めのもの)	160 g	シソの葉	3枚
しらす	30 g	とうもろこし	80 g
		にんにく	1片
		唐辛子	1本
		オリーブオイル	大さじ2
		醤油	大さじ1
		酒	大さじ1



<作り方>

1. シソの葉はせん切りにして水につけておく。にんにくは薄切りにする。唐辛子を縦に半分に切り、種を取り出す。
2. フライパンに、にんにくとオリーブオイルを入れてじっくり香りを出す。
3. とうもろこしと唐辛子を入れて更に炒め、しらす、酒、醤油を加える。
4. ③に、塩茹でしたスパゲッティとゆで汁 100ml を加え、乳化させるようによく混ぜる。
5. 皿に盛り、シソの葉を散らす。



ワンポイントアドバイス



にんにくと唐辛子のスパゲッティ「アーリオ・オーリオ・ペペロンチーノ」に、とうもろこしを加えて和風に仕上げました。とうもろこしの甘みと唐辛子のピリッと感が後を引く美味しさで止まらなくなります。

