

Sausage



家でも
できちゃう!

カロリー総量 616kcal
塩分 3.1g
(1人分)

ベーコンとおろしトマトのズッパ風ファルファッレ

材 料 [2人分]	厚切りベーコン	100g	オリーブオイル	大さじ1
	トマト	3個	ファルファッレ	180g
	ブロッコリー	8房	塩、こしょう	適量

- 作り方**
- ①厚切りベーコンは太さ1cm幅の棒状に切る。トマトは皮つきのまますりおろす。ブロッコリーは食べやすい大きさに切り、下ゆでしておく。
 - ②フライパンにオリーブオイルを引いて弱火にかけ、ベーコンをじっくり炒めたら、トマトを加えて中火で5分煮る。
 - ③ゆでたファルファッレ、ブロッコリーを加えてひと煮立ちさせ、塩、こしょうで味を調える。