

おいしい学校給食 ~人気メニューのご紹介~

スパゲティ・ナポリタン

材料（4人分）

スパゲティ	300g
ポークハム	80g
にんじん	50g
たまねぎ	1ヶ
ピーマン	1ヶ

油	大さじ1
トマトケチャップ	120g
塩	小さじ1
こしょう	少々

作り方

1. 材料を切る
 - ・ハム.....半分に切って1cm幅に切る
 - ・にんじん.....せん切り
 - ・たまねぎ.....半分に切ってスライス
 - ・ピーマン.....せん切り
2. スパゲティをゆでる。
3. フライパンに油を入れ火にかける。ハム、にんじん、たまねぎ、ピーマンの順に炒める。こしょう、ケチャップを加える。味をみて塩を加える。
(スパゲティを茹でている間にソースを作る)

