

ゆで干し大根 ペペロンチーノ風

ペペロンチーノ風の作り方

材料はこれ!

ゆで干大根… 50g位
 あさり… 150g
 ちくわ… 小1本
 にんにく… 1欠片
 鷹の爪… 一本分位
 オリーブ油… 大さじ2
 塩・コショウ… 適量
 醤油… 大さじ1

ツ

フライパンを温める前に
 オリーブオイルとニンニク
 鷹の爪を入れ、弱火で
 焦がさないように香りを出すと
 失敗しません。



①茹で干し大根をぬるま湯で
 20位分ほど戻し
 ちくわを5mmの短冊状に切る。



完成!

②フライパンでオリーブオイル、
 にんにくと鷹の爪を炒め香りが
 出たらあさりとちくわを入れ
 サッと炒め、戻した切干大根を入れ、
 ほぐしながら混ぜ合わせるように炒める。
 塩・コショウ・しょうゆと切干大根の
 戻し汁を入れ全体に絡ませて出来上がり