

牛乳でつくるカルボナーラ風もちむぎ麺

もちむぎ麺をカルボナーラ風アレンジしてみました。ミルク風味のこんなもちむぎ麺もありかも…。

季節の野菜・乳製品・もちむぎ麺で、栄養満点の一皿です♪

《材料》(1人分)

もちむぎ麺	1人前
新玉ねぎ(薄切り)	1/4個
新じゃが芋 (1cm角のサイコロに切り、軽く塩ゆで)小1個	
グリーンアスパラガス (3cmの長さに切り、塩ゆで)	2本
しめじ(石づきを取り、ほぐす)	1/4パック
ベーコン(2cm幅に切る)	2枚
牛乳	100cc
卵黄	2個
バター	大1/2
粉チーズ	適量
塩・黒コショウ	適量



《作り方》

- ① 鍋にお湯を沸かし、もちむぎ麺を茹で始める。
- ② ベーコンを油を敷かずにフライパンで炒め、バターを加え、玉ねぎ、じゃが芋、しめじを炒め、麺のゆで汁を少々加え1~2分煮る。
- ③ 火を弱火にして牛乳を入れて、粉チーズをたっぷり入れて混ぜ、塩を少々、黒コショウを多めに入れ、一度沸騰させる。
- ④ 火を止めて、③をボールに移し、卵をかき混ぜながら加え、茹で上がったもちむぎ麺も加えて手早くかき混ぜる。
- ⑤ ④を器に盛り、アスパラを散らし、黒コショウ、粉チーズをふりかける。

