

夏野菜たっぷりペペロンチーノ



材料（二人前）

トマトのヌイユ	180g
赤パプリカ	40g
黄パプリカ	40g
ズッキーニ	50g
にんにく （みじん切り）	6g
赤唐辛子	1本
オリーブオイル	大さじ1
刻みパセリ	少々
塩	小さじ1/4

作り方

- 1、ズッキーニを半月切り、黄パプリカと赤パプリカを乱切りする。
- 2、鍋に湯を沸かし、ヌイユをパッケージに記載してある時間を参考に好みの硬さに茹でて（茹で汁を取り分けておく。）、ザルに上げて水気をしっかり切る。
- 3、フライパンにオリーブオイルをしき、にんにく、赤唐辛子を入れて熱する。
- 4、ズッキーニ、黄パプリカ、赤パプリカを入れて炒める。
- 5、茹でたヌイユ、取り分けした茹で汁、塩を加えて混ぜ合わせる。
- 6、器に盛り付け、刻みパセリをのせて、完成。