

# 生トマトのナポリタン

余ったトマトを活用！普通のナポリタンよりさっぱり風味



## 材料（1人分）

- ▶ スパゲッティ…100g
- ▶ トマト…1個
- ▶ バター…10g程度  
(無塩バターがベスト)
- ▶ ハーフベーコン…1枚
- ▶ ピーマン…1/2個
- ▶ お好みのトッピング★1
- ▶ 塩・こしょう…3g
- ▶ ケチャップ…大さじ2  
(トマトペーストでも可)

1 パスタ用のお湯を沸かす。沸かす間にトマトを湯むきして、ざく切りにする。

### ～湯むき手順～

- ① トマトが半分浸かる程度のお湯を沸騰させる。
- ② トマトのヘタをくりぬき、先端（尖っている方）に十字の切り込みを入れる
- ③ 沸騰したらトマトを投入し、転がしながら全体を熱する。
- ④ 熱で皮がむけてきたら、氷水に入れて皮をはがす。



2 お湯が沸騰したら、スパゲッティをパッケージの表示時間より1分短く茹でる。茹でている間にピーマンを輪切りに、ベーコンを短冊切りにする。

3 フライパンにバターを入れ中火にかけ、ベーコンを軽く炒める。  
1のトマトとピーマン、お好みのトッピングを加えてソテーする。  
具材に火が通ったら火を止めて、ケチャップ、塩・こしょうを加える。

4 2のスパゲッティ、よく水気を切ってから3のフライパンに投入。  
30秒程ソースとよく絡めて、お皿に盛り付ければ完成！★2

## 藤井シェフのワンポイント



★1…コーンやマッシュルーム、オニオンソテーを入れると、より彩りよく、美味しくなります♪オニオンソテーは、玉ねぎのみじん切りをオリーブオイルで10分程弱火でソテーして作ります。

★2…具材を外側に追いやりながら混ぜて…

中心に寄せた麺から盛り付けて…

最後に上から具材を乗せればキレイに！

