

# 冷しゃぶの 和風冷製パスタ

茹でて冷やした豚しゃぶとスパゲティを、オリーブオイル・めんつゆ・ゆずこしょうなどでマリネし、野菜をトッピングした冷製パスタです。「スコッティ ファイン 洗って使えるペーパータオル」を活用しておいしく仕上げます。



## 下準備



スパゲティはタイミングを見計らって、塩(材料外)を入れた熱湯(材料外)で茹で(茹で時間はパッケージの表示時間+1分)、流水で洗って冷水でしめ、ザルに上げてスコッティ ファイン 洗って使えるペーパータオルで水気をしっかりと除いておく。



ポウルに★を合わせておく。紫玉ねぎは塩でもんで水にさらし、スコッティ ファイン 洗って使えるペーパータオルで包んでしぼり、水気を除いておく。貝割れ菜は根元を除き、半分に切っておく。

## 作り方



- 鍋に熱湯(材料外)を沸かし、豚肉を入れて火を通し、冷水に取る。ザルに上げ、スコッティ ファイン 洗って使えるペーパータオルで水気を除く。
- ★に①・スパゲティを加え、からめる。
- 器に②・紫玉ねぎ・貝割れ菜を盛り付け、白炒りごまをふる。

1人分  
521kcal

調理時間  
20分

非加熱  
アルコール  
なし

## 材料(1人分)

豚バラ薄切り肉(幅5cm)	150g	★ソース	
スパゲティ	100g	オリーブオイル	大さじ1
紫玉ねぎ(薄切り)	30g	市販のめんつゆ (3倍濃縮タイプ)	大さじ1
塩	少々	レモンの果汁	小さじ1
貝割れ菜	10g	ゆずこしょう	小さじ1/4
白炒りごま	小さじ1		

## Point!



スコッティ ファイン 洗って使えるペーパータオルは洗ってくり返し使用できるので、紫玉ねぎの水気をしぼる、スパゲティの水気を除く、豚肉の水気を除くという順番で使いまわすとよいでしょう。最後は、キッチンまわりの掃除に活用できます。

