



レンジでクリームパスタ

材料(1人前)

パスタ(半分に折る)	100g
水	250ml
★冷凍アスパラガス	50g
★玉ねぎ(スライス)	35g
★冷凍ほうれん草	20g
★ウインナー(斜め切り)	1本
◎コンソメ果粒	小さじ2
◎牛乳	100ml
◎クリームチーズ	18g(1個)
黒コショウ	適量

作り方

1. パスタを耐熱容器に入れ、水を加える。
2. 1に★と食塩(分量外)を加え、ラップをせずに600wのレンジでパスタの加熱時間+1分加熱する。
3. 2に◎を加えてよく混ぜ合わせ、再び600wのレンジで2分加熱する。
4. 加熱後、良く混ぜ合わせて盛り付ければ完成！(最後に黒コショウをお好みで振りましょう)

ポイント💡

加熱時間は、全体でパスタの加熱時間+3分程度が目安。

レンジによって多少異なるため、調節してみてください！