

ショートパスタに変えてもおいしい

ツナスパゲッティー

分量
子ども4人分

材料

スパゲッティー	200g	ツナオイル缶	1缶
玉ねぎ	1/2個	人参	1/3本
ピーマン	1個	キャップ	大さじ3
トマトピューレ	大さじ2	砂糖	小さじ1/3
塩	少々	こしょう	少々
粉チーズ	小さじ1	サラダ油	小さじ2

作り方

- ① 玉ねぎをスライス、人参・ピーマンをせん切りにする。
- ② 野菜を炒め、ツナとトマトピューレを加えて煮、最後に調味料で味を調える。
- ③ スパゲッティーをゆでる。
- ④ ③に②を絡めて、粉チーズをふる。

※粉チーズはソースに溶かしてもおいしいです。

