

スープカレーパスタ

- 材料**
- 早ゆでパスタ 75g
 - ミニトマト 5個
 - さやえんどう 10個
 - レトルト・マッシュルーム 50g
 - ホールコーン 50g
 - ツナ(フレーク) 80g
 - 粉末カレー 15g
 - 固形コンソメ 1個
 - デザート(プリン) 1個
 - お茶 250ml 1本



調理 使うコッヘル…大きい鍋、大きいフタ

- 1 コッヘル(大)に水 500g とコンソメを入れ、加熱する。
- 2 沸かしている間に、ミニトマトのへた・さやえんどうの筋を取る。
- 3 煮立ったら、パスタ、ミニトマト、さやえんどう、マッシュルーム、粉末カレーを加える。
※マッシュルームの汁は、入れても捨てても、お好みで結構です。
※パスタの茹で時間は 4 分ですが、お好みでどうぞ。
※辛さが苦手な人、粉末カレーは味を確かめつつ少しずつ入れていきましょう。
- 4 茹で具合を確かめて終了。
- 5 最後に、ツナとコーンを載せ、完成！・・・好みに黒コショウを。
※油っぽいものが苦手な場合は、ツナとコーンの油は取り除く方がいいでしょう。

