

「もったいないレシピ」

で食品をつかいきろう！

あまった
海苔と
コーヒーフレッシュ
を活用！

海苔の風味のクリームパスタ！

海苔のスパゲッティ



材料(1人分)

焼きのり	大1枚
コーヒーフレッシュ	3個
スパゲッティ	100g
牛乳	100ml
水	100ml
溶けるチーズ	20g
塩	湯の1%



味付けのりを使う場合は、スパゲッティを茹でる塩を減らしてね！

つくricat

1. スパゲッティは多めの塩を入れて茹でる(湯の1%)
2. フライパンに水を入れて煮立て、のりをちぎって入れる
3. 2に牛乳、コーヒーフレッシュを入れる
4. 3に茹で上がった1のスパゲッティを入れ、チーズを加える



できあがり！

