



## えびとアボカドクリームソースのグルテンフリースパゲッティ

えびの旨みとアボカドのコク。レモン香る、軽やかクリーム pasta ぶりっとしたえびに、まるやかなアボカドとクリームソースを合わせた、満足感のあるスパゲッティ。仕上げのレモンが全体を引き締め、重たくなりすぎず、最後まで軽やかに楽しめます。グルテンフリースパゲッティとも相性の良い、やさしいコクの一皿です。

### 使用商品

グルテンフリー スパゲッティ 400g

材 料 (2人分) ・ディヴェッラ グルテンフリースパゲッティ 160g ・むきえび 120g ・アボカド 1個 ・生クリーム 100~120ml ・にんにく 1片 ・白ワイン (あれば) 50ml ・レモン 一切れ ・オリーブオイル 適量  
料 ・バター 10g ・片栗粉 適量 ・塩こしょう 適量

① えびは塩と片栗粉で軽くもみ洗いして臭みを取り、水気をしっかり拭く。アボカドは角切りにし、にんにくはみじん切りにする。② 湯に対して1%の塩を加えたたっぷりのお湯で、スパゲッティを表示時間通りにゆでる。仕上げ用にゆで汁を少し取っておく。③ フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて弱火で熱し、香りが立ったらえびを加えて中火でさっと火を通す。えびの色が変わったら白ワインを加えて軽く煮詰め、えびは一度取り出しておく。④ 同じフライパンに生クリームを加え、弱めの中火で1~2分ほど軽く煮る。最後にバターを加えて溶かす。⑤ ゆで上がったスパゲッティを④に加えて手早く和え、取り出しておいたえびとアボカドを加える。ソースが重い場合は、ゆで汁を加えて濃度を調整する。⑥ 塩こしょうで味を調べ、器に盛る。仕上げにレモンをひと搾りし、お好みで粉チーズ (分量外) をかける。