



ロメスパ・ジャポネ（しそ風味）

焼きスパゲッティ。男めしです「ロメスパ」という言葉をご存じですか？最近、テレビや雑誌、ネット上で話題になっているガツツリ系スパゲッティです。安くてボリュームたっぷりで美味しく食べる。ロメスパはもっちりとした太麺をしっかりと炒めて、濃厚な味を絡めて出す「焼きスパ」になります。「路麺のスパゲッティ」略して「ロメスパ」と言われるようになりました。麺は太め、ゆでた麺を使って「安い・旨い・早い」を実現した男飯を絵にかいたようなレシピです。

使用商品

- #8 スパゲッティ・リストランテ 1.75mm 500g
- エクストラ ヴァージン オリーブ オイル チェラスオーラ
- フェルーチェ ざくざくトマト

(2人分)

- スパゲッティ300g
- にんにく(みじん切り)...1かけ
- オリーブオイル...適量
- 卵....1個

A

- 豚バラ....50g
- むきえび....50g
- ざくざくトマト.....1/2
- 小松菜....30g
- 玉ねぎ....30g
- 材料 • 大葉(千切り)....10枚

(1) 水に対して1%の塩を加えたお湯で、スパゲッティを表示より2分長くゆでたら10分置く
(2) フライパンにオリーブオイルとニンニクを入れ香りを出す

(3) Aを加えよく炒める
(4) パスタを加え焼き目が少しつくまで炒める
(5) 大葉を加えて和え、塩こしょうで味を調える

手順 (6) さらに盛りつけ目玉焼きを載せる