



基本の塩スパゲッティ

このままで美味しい!巷で話題の「ストイックな塩パスタ」。作り方はとっても簡単!オリーブオイル、ニンニク、塩、ブラックペッパー、そしてパスタをゆでたお湯を少し加えて仕上げるだけ。素材の力で驚くほど美味しい一皿が完成しますよ。ストイックな身体作りを応援します!

使用商品

- セナトーレ・カッペッリ スパゲッティ
- リモーネ エクストラ・ヴァージン・オリーブオイル

(2人分)

- ・スパゲッティ...200g
- ・にんにく (みじん切り)...1片
- ・オリーブオイル...適量
- ・塩...適量
- 材料 ・レモン汁...適量 ・パセリ...適量

(1)水に対して1%の塩を加えたお湯で、パスタを表示時間通りにゆでる

(2)フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れて炒める

(3)塩、レモン汁で味を調える

(4)ゆでたパスタを加え、混ぜ合わせたら完成

手順 (5)レモンオイルやパセリを飾っても◎