

くるみの豆乳クリームパスタ



1人分

パスタ（今回はリングイネ） 70g
豆乳 200cc
コンソメ 小さじ1/2
くるみ 10g
生ハム 2枚
ブロッコリー 20～30g
ふなピー 20g
塩コショウ 適量
にんにく 1/2かけ

- 1) クルミは粗く砕く。
パスタを表示時間より短めに茹でる（今回は7分タイプを5分茹でました）
- 2) フライパンでみじん切りのにんにくを炒めブロッコリー、ふなピー、くるみも入れて炒める。
豆乳、コンソメを入れて弱火で温め塩コショウで味を調える。
- 3) パスタを入れて好みの硬さになるまで煮込む。生ハムを入れて完成。