

野菜のパスタ

材料（4人分）

ベーコン薄切り6枚、ニンジン1/2本、ズッキーニ1本、アスパラ2本、レタス1/4個、塩少々、オリーブ油適量、お好みのドレッシング適量



作り方

- 1 ニンジンは皮をむいておく。ベーコンとすべての野菜を、包丁かピーラーで1cm幅の薄切りにする。
- 2 鍋にお湯をわかし、塩少々を加え、オリーブ油を少したらず。ベーコンとレタス以外の野菜を入れ、1分湯がく。そこにレタスを加え、すぐザルにとり水気を切る。
- 4 皿に盛り付け、お好みのドレッシングをかける。

ひとくちメモ

生野菜が苦手な人のための温製サラダ。野菜を太めのパスタに見立てます。冷蔵庫にあるお好みの野菜でスピードクッキング。