



## 鮭とブロッコリーのクリームスパゲティ



### 材 料 2人分

スパゲティ	160 g	バター	大さじ 2
鮭ほぐし身	80 g	小麦粉	大さじ 2
ブロッコリー	100 g	牛乳	500cc
		塩こしょう	少々

### 作り方

- ① ブロッコリーを食べやすい大きさに分け、硬めにゆでる。
- ② 鍋にたっぷりの湯を沸かしスパゲティを指定時間どおりにゆでる。  
(\*今回は、スパゲティをゆでるときの塩は加えずに作ります)
- ③ 熱したフライパンにバターを溶かし、小麦粉を加えて炒め少量ずつ牛乳を加えてホワイトソースを作る。鮭のほぐし身を加えて塩こしょうで味を調える。
- ④ ③にゆでたスパゲティとブロッコリーを入れてソースとからめて盛り付ける。