料　理　名	かながわパスタ

材　料　名	数量（4人分）
○湘南 小松菜	３００ｇ
○小田原たまねぎ	１／２個
○湘南ブロッコリー	１房
○湘南えだまめ	１００ｇ
しめじ	２パック
にんにく	２片
○豚肉（はまポーク）	１６０ｇ
○湘南しらす	４０ｇ
スパゲッティ	４００ｇ

作　り　方

① フライパンにオリーブオイル（大さじ２）・にんにくを入れて弱火で炒める。

② １ｃｍ幅に切った肉、小房に分けたしめじ、３～４ｃｍに切った小松菜の茎の部分、たまねぎを入れてさらに炒める。

③ 全体がしんなりしたら小松菜の葉の部分を加える。

④ 最後にブロッコリー・えだまめを入れて緑色が鮮やかになったら火を止める。

⑤ 予め茹でておいたスパゲッティと茹で汁を加え、和風だしと淡口しょうゆで味付けをする。

⑥ お皿に盛り付け、しらすをのせて完成。

備考　＜出来上がりイメージ・使用したかながわ産食材について＞

野菜がたくさん入った和風パスタです。湘南野菜、はまポークは産直のため新鮮で炒めた時の色合いもよく、とてもおいしくいただけます。

○かながわ産食材です。

１人あたりの栄養量（エネルギー533kcal　たんぱく質27.6g）