



便利メニュー

麺ゆで

火力の目安
強

適温調理

焼き物

設定温度の目安
130℃～180℃

材料（2人分）

スパゲティ（乾麺）	200g
水	3L
塩	小さじ2
オリーブ油	大さじ2
にんにく	1かけ
赤唐辛子	1本
塩	小さじ1/2

作り方

1. にんにくはみじん切りにする、赤唐辛子は半分に切り、種を取る。
2. 鍋に水を入れ、「強火」で加熱する。
3. 沸とうしたら、塩とスパゲティを入れときどきかき混ぜながら「麺ゆで」**「強」**でゆでる。（ゆで時間はスパゲティの袋に記載されている時間）ゆで汁を大さじ3杯分残して、スパゲティはざるにあげておく。
4. フライパンをIHヒーターの中央に置き、フライパンにオリーブ油とにんにく、赤唐辛子を均一に広げて入れ、メニューの**「焼き物」****「130℃」**を選び、「スタート」ボタンを押す。
5. 表示部に**「適温」**が表示されたら、にんにくと赤唐辛子を動かし始め、にんにくが薄茶色になるまで炒める。
6. **5**に**A**を入れ、手早くかき混ぜ、液が白っぽくなったら、**3**を加える。設定ボタンで**「180」**に切り替えて、煮詰めながらよく混ぜる。全体が混ざったら、加熱を止める。



オリーブ油とベーコンや玉ねぎなどは、一緒に低い温度から加熱することで、オリーブ油に旨みを移します。
フライパンの上に均一に広げたベーコンや玉ねぎなどは、適温になるまで動かさないでください。（鍋の温度が正しく検知できない場合があります）
スパゲティをゆでる時は、麺ゆでを使うと便利です。