

IH調理 スパゲティペペロンチーノ



作り方

- 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。
- 鍋に水を入れ、「強火」で加熱する。
- 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。
- 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°C」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- 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。
- 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。

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°C~180°C

材料（2人分）



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。

| | |
|-----------|--------|
| スパゲティ（乾麺） | 200g |
| 水 | 2L |
| 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 |