



～パスタ以外の麺を使った冷製パスタ～

## フォーを使ったゆで鶏のバジルソース

### <使用食材>

#### ゆで鶏のバジルソース 2名

フォー	.....	2人前
鶏ムネ肉	.....	1/2枚
☆バジル	.....	100g
☆7-エント® ロースト	.....	20g
☆粉チーズ	.....	20g
☆にんにくみじん切り	.....	1片分
塩・こしょう	.....	適量
オリーブオイル	.....	15cc
パプリカ2種	.....	1/2ヶ
キュウリ	.....	1/2本
バジルの葉(飾り用)	.....	2枚
粉チーズ	.....	適量

### <Let's Cooking>

- ① フォーをぬるま湯につけて30分から40分程戻します。
- ② 鶏ムネ肉に塩・こしょうをし、鶏が浸るくらいの量の沸騰したお湯に入れます。再沸騰したら火を止め、蓋をしてそのまま冷まします。
- ③ ミキサーで☆の材料をオリーブオイルでまわし、ソースを作ります。
- ④ パプリカ2種・キュウリを細切りにしてオリーブオイル、塩・こしょうで和えます
- ⑤ フォーを茹で、冷水につけ冷まします。
- ⑥ フォーをバジルソースとあわせ皿に盛り鶏ムネ・パプリカ・キュウリ・バジル・粉チーズを飾り…

★できあがり★



～パスタ以外の麺を使用した冷製パスタ～  
冷麺を使ったピリ辛明太子ソース 温泉卵添え

<使用食材>

ピリ辛明太子のサラダパスタ 2名

冷麺	・・・2人前
明太子	・・・70g
小海老	・・・20g
いか	・・・20g
むきアサリ	・・・20g
にんにくみじん切り	・・・1片分
ミニトマト	・・・3ヶ
大葉	・・・5枚
ネギ	・・・1/2本
オリーブオイル	・・・適量
温泉卵	・・・2ヶ

<Let's Cooking>

- ① 鍋にオリーブオイルとにんにくを入れ弱火で香りをだし、小海老・いか・むきアサリを加え炒めます。
- ② 火が通ったら明太子・オリーブオイルと合わせてソースを作ります。
- ③ ミニトマトは1/2カットします。ネギ・大葉は細かく切ります。
- ④ 冷麺を茹で、冷やした後に明太子ソースと合わせます。
- ⑤ 皿に盛り、温泉卵をのせて大葉・ネギを飾ると…

★できあがり★