

サーモンとアボカドのごまクリームパスタ

いつものクリームパスタとは一味違う、ごま風味のクリームソース。
ほんのりごまが香ります。



できあがり 2人分

材料

パスタ	160g
スモークサーモン	80g
アボカド	1個
バター	10g
小麦粉	小さじ1
牛乳	300ml
塩	小さじ1/4
こしょう	少々
すりごま白	大さじ1
しょうゆ	小さじ1/4

作り方

- 1 パスタは袋の表示通りにゆでる。
- 2 アボカドは2cm角にカットし、スモークサーモンは食べやすい大きさにカットする。
- 3 【クリームソースを作る】
フライパンにバターを入れて溶かし、木べらなどを使い小麦粉を入れて練り混ぜ、少しずつ牛乳を加える。ダマができないように絶えず混ぜ、塩こしょう・しょうゆで味を調える。最後にすりごまを入れて均一に混ぜたら火を止める。
- 4 ゆであがったパスタを③のフライパンに入れてよく混ぜ、アボカドとスモークサーモンを加えて形が崩れないようにぎっくりと合わせる。
- 5 器に盛り付けて完成。