

ナポリタン

合計加熱調理時間 約 7 分

[1人分：439kcal／食塩相当量：2.8 g]

昔ながらの洋食の定番をスチコンでお手軽に。



材料（8人分）

冷凍スパゲッティ	250g×5個
オリーブオイルA	大さじ2
<材料a>	
タマネギ（薄切り）	420g
ピーマン（細切り）	4個
ソーセージ	9本
ベーコン（幅1cmに切る）	3枚
オリーブオイルB	大さじ2
<材料b>	
ケチャップ	250g
塩	5g
こしょう	少々

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

8人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	90%	7分	200℃

下ごしらえ

- ・ソーセージは縦半分に切り、さらに長さを半分にする。

作り方

1. 65mmのホテルパン1枚にオープンシートを敷き、冷凍スパゲッティを並べて霧吹きで水（分量外）をかけ、オリーブオイルAを回しかけてフタをする。
2. 40mmのホテルパン1枚に<材料a>を広げてのせ、オリーブオイルBを回しかける。
3. 1、2のホテルパンを、【設定1】で予熱後、加熱する。
4. 加熱完了後、3のホテルパンを取り出し、スパゲッティをザルにあげて水気を切り、65mmのホテルパンに戻し入れて3の具材と合わせる。
5. 4に<材料b>を加えて混ぜ合わせる。



調理ポイント

- ◆オープンシートを敷くことで冷凍スパゲッティの張りつきを防ぎ、フタをすることで乾燥を防ぐ。
- ◆麺にこだわる場合は、冷凍スパゲッティを鍋で調理した乾麺で代用すると、一層美味しくなる。