

かちえびのアヒージョ

芳醇な海老の香りとダシが出るので特におすすめです。



● 材料（1人前）

オリーブオイル	:	50ml
にんにく	:	1片（叩いて割ってから細かくきざむ）
赤唐辛子	:	1本（半分に切って、種を抜く）
生しいたけ（お好きなキノコ）	:	25g（石づきをとって、厚めに切る）
ゆでタコ	:	50g（一口大にカット）
かちえび	:	5g（水に戻さずそのまま）
塩	:	ひとつまみ（お好みで）
バジル（パセリ・オレガノなどでもOK）	:	少々（小さく刻む、乾燥でも可）

● 作り方

- ① フライパンにオリーブオイルを注ぎ、弱火でにんにく、唐辛子、塩を入れ、にんにくが薄く色づくまで炒める。
- ② 中火にし、しいたけ・タコ・かちえびを入れ、ひと煮立ちさせる。
- ③ 食べる直前にバジルをふりかけ、完成。

焼いたフランスパンなどにつけながらお召し上がり下さい。

アヒージョがあまったら、そのままパスタにあえると、2度おいしく召し上がれます！