



# AZABU KITCHEN

ご当地

2020 - 1

— 麻生病院栄養科 —

名古屋  
名物

## あんかけスパゲッティ



【材料 2人分】

	スパゲッティ(乾)	160g
A	赤ウインナー	60g
	ピーマン	20g
	玉葱	80g
	サラダ油	適量
B	塩・こしょう	少々
	玉葱	40g
	サラダ油	適量
C	トマトピューレ	70g
	ケチャップ	大さじ1
	ウスターソース	小さじ1/2
	デミグラスソース	20g
	バター	2g
	砂糖	小さじ1/2
	コンメ	小さじ1/2
	塩	少々
	こしょう	適量
	ガラスープ	140g
	片栗粉	小さじ1

【作り方】

- ①Aの赤ウインナーは斜めスライス、ピーマンと玉葱は千切りにしサラダ油で炒めて軽く塩・こしょうをふる。
- ②Bの玉葱はみじん切りにしてサラダ油で炒める。
- ③②の調味料を加え加熱し、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ※こしょうの辛味をきかせるのがポイント!
- ④スパゲッティを茹でて器に盛り、①の具を上に乗せる。
- ⑤③のあんをかけたら出来上がり!



◎お好みでタカの爪を入れ辛味を強めても美味しいです。

耳鼻咽喉科 麻生病院 栄養科

あんかけスパゲッティ  
1月24日

- ・あんかけスパゲッティ
- ・たまごスープ
- ・レタスのコールスロー
- ・ヨーグルトゼリー



名古屋市  
マスコット  
キャラクター  
【はち丸】

## おいしい名古屋めし!! あんかけスパゲッティ



肉や野菜のコクと旨味が溶け込んだソースに、太麺がからんだスパゲッティです。ソースはこしょうをたっぷり使った少し辛い、中華料理のあんかけのような味があります。

### 味噌煮込みうどん

味噌煮込みうどんも、名古屋めしの一つとされています。八丁味噌をベースに数種類の味噌をだしに入れ、うどんを土鍋で煮込みます。煮込み時間が3~4分程度と短く、固めのうどんの食感と、八丁味噌の風味が特徴的です。

### 天むす

天むすとは、小さめの海老の天ぷらを甘辛のだしにくぐらせたものを具にして、一口サイズに握り、焼き海苔を巻いたおむすびです。名古屋めしの一つとして定着していますが、実は三重県が発祥と言われています。



担当者  
より  
ひとこと

今回は名古屋のご当地メニュー「あんかけスパゲッティ」を麻生病院オリジナルで作りました。こしょうの効いた辛い味付けが特徴的で、トマトベースのあんかけがスパゲッティによく絡みます。赤ウインナーやピーマンが入り、彩りのよい仕上がりがります。