

いばらきの海の幸
おいしく食べciao!

ホッキ
調理時間：約20分

ホッキのサラダパスタ



ここが👍

ホッキをかんたんマヨネーズソースの冷たいパスタに仕上げてみました。

材 料（1人前）

ホッキ	2個		マヨネーズ	大さじ1
スパゲティ	80g		めんつゆ	大さじ1
レタス	1枚		塩	少々
ミニトマト	3～4個		こしょう	少々
バジル	1枚			

1. ホッキの身は縦に3～4等分、ひもは貝柱を壊さないように分けてから2等分します。

下処理が終わったら、沸騰したお湯で3～5秒ほど湯がき、氷水に入れあら熱を取ってからキッチンペーパーなどで水気を拭いておきます。



2. ミニトマトは2つに切り、レタスは食べやすい大きさにちぎり、バジルは刻んでおきます。
3. ソースを作ります。マヨネーズとめんつゆを合わせ軽く塩こしょうしてよく混ぜておきます。
4. 鍋にたっぷりの湯を沸かし、沸騰したら多めの塩（分量外）を加えてからパスタを入れ、標記時間どおり茹でます。茹で上がったパスタはお湯を切り、水で冷やします。
5. 器にレタス、水を切ったパスタを盛り、ミニトマト、バジル、ホッキを飾り、マヨネーズソースをかけて完成。

