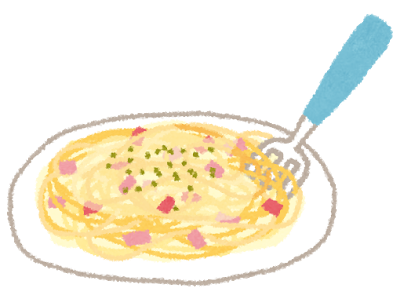
**カルボナーラ**

材料（２～３人分）

|  |  |
| --- | --- |
| パスタ | 200g |
| 厚切りベーコン | ３～４枚 |
| 生クリーム | 大さじ４ |
| 無調整豆乳 | 40cc |
| 全卵 | ２個 |
| 粉チーズ | 大さじ３ |
| オリーブオイル | 大さじ１ |
| 粒コショウ | たっぷり |

作り方

1. 大きな鍋に湯を沸かし塩を入れて、パスタをゆでる。（ゆで時間は袋に書いてあるものを参考にしてください。）
2. 別の鍋にオリーブオイルをしいて、適当な大きさに切ったベーコンを弱火でじっくり炒める。卵は白身を切るようにしてよく混ぜ、粉チーズを合わせておく。
3. パスタがゆで上がったら、ベーコンを炒めていた鍋に生クリームと豆乳を入れる。その中に水気を切ったパスタを入れてからませる。
4. 最後に火を消して卵液を流しいれ、さっと手早く混ぜる。
5. すぐにお皿に盛りつけ、粒コショウをたっぷりかけて完成！！

アドバイス

あっさり過ぎず、濃厚過ぎずのカルボナーラ。

粉チーズは薄味（大さじ３）になるのでこってりカルボナーラが苦手な方にはおすすめです。

豆乳じゃなくて牛乳でもよい。

**※完成してすぐ鍋から取り出さないと、卵液が固まってしまうので注意※**