

HOME > つくる - くにたち野菜レシピ >

バターナッツ(かぼちゃ)と鶏挽き肉のほんのり和風パスタ

[サイトマップ](#)



## つくる くにたち野菜レシピ

### バターナッツ(かぼちゃ)と鶏挽き肉のほんのり和風パスタ



- 材料
- 【1人前分】
- ・スパゲティ 100g
- ・バターナッツ(かぼちゃ) 60g
- ・鶏挽き肉(ムネ) 50g
- ・塩コショウ 少々
- ・しょうゆ 少々
- ・ニンニク 小1かけ
- ・トウガラシ お好みで
- ・オリーブオイル 大さじ2〜3

[SHOP] IL GIRASOLE

[»店の詳細データを見る](#)

[種別] パスタ

[野菜] バターナッツ(かぼちゃ)

- ①ニンニク、トウガラシをオリーブオイルでゆっくり炒める。
- ②ニンニクが色づき出したらバターナッツと塩コショウで下味をつけた鶏挽き肉を入れて炒める。
- ③バターナッツがやわらかくなったらOK
- ④茹であがったスパゲティを入れてあえる。
- ⑤かくし味にしょうゆをひとたらしして完成！

バターナッツの皮は、ピーラーで剥いてから使ってください。

バターナッツは、クリーム系パスタよりあっさりめの味にしたほうが、バターナッツの香りや味が生きてくるのでぜひ、ご家庭でもいろいろと試してみてください。

写真：オーナー 西山武士さん



## くにたちあぐりッポ

Kunitachi Agrippa

Kunitachi Tokyo  
あぐりッポ写真館  
農のある風景



城山の紅葉と秋桜

- [トップページ](#)
- [特集 - 「そうだ、谷保に行こう」](#)
- [くにたち野菜とは](#)
- [くにたち野菜図鑑](#)
- [農家プロフィール](#)
- [イベント情報](#)
- [買う - 直売所マップ](#)
- [食べる - くにたちグルメガイド](#)
- [つくる - くにたち野菜レシピ](#)
- [育てる - 市民農園情報](#)
- [スタッフブログ](#)
- [ト国立日誌 \(スタッフブログ\)](#)
- [くにたち農業の今](#)
- [農業関係リンク](#)
- [農業推進事業及びこのサイトについて](#)