

マカロニナポリタン

材料(子ども 4 人分)

マカロニ…60 g

ウインナー…20 g

人参…20 g (約 1/4 大)

玉葱…35 g (約 1/4 玉)

ピーマン…20 g (約 1 個)

★ケチャップ…24 g (大さじ 1 強)

★中濃ソース…4 g (小さじ 1)

①野菜は全て千切りにする。ウインナーは薄く輪切りにする。

②マカロニは茹でる。

③①を炒め、★の調味料を入れ、味付けする。

④②と③を混ぜ合わせる。