

**材料 2人分**

アスパラ	5本
オリーブオイル	適量
塩・こしょう	少々
バター	5g

**調理時間 15分****作り方**

1. アスパラは食べやすい長さに切ります。
2. フライパンにオリーブオイルを熱してアスパラを炒めます。塩・こしょうをふります。アスパラに火が通ったらバターを加えてよく混ぜます。
3. 器に盛ります。

**アドバイス**

◎アスパラの旬は4月～6月。昨日「はしり」の採れたてのアスパラを頂いたので、ソテーにしてみました。新鮮…それだけでおいしいと思いました。