

**材料 2人分**

|          |        |
|----------|--------|
| スパゲティ(乾) | 160g   |
| ひじき(乾)   | 10g    |
| にんにく     | 2片     |
| トマト      | 1個     |
| 大葉       | 5枚     |
| オリーブオイル  | 大さじ1   |
| 塩        | 小さじ1/2 |
| パスタの茹で汁  | 100cc  |

**調理時間 20分** ※ひじきを戻す時間は除く

**作り方**

1. ひじきは20分ほど水に浸けて戻し、さつと茹でます。  
にんにくはみじん切り、トマトは8等分に切って、さらに長さを半分に切ります。大葉は千切りにします。
2. 湯を沸かして、スパゲティを茹でます。茹で時間の終わりが近づいたら、フライパンにオリーブオイルを入れてにんにくを炒めます。
3. パスタの茹で汁を100cc残してから、ザルにあげます。2. のフライパンにパスタ、ひじき、トマト、茹で汁を入れて軽く混ぜます。塩で調味して大葉を加えてサッと混ぜます。
4. 器に盛ります。

**アドバイス**

◎ひじきと聞くと煮物のイメージですが、戻してさつと茹でてパスタと合わせてみました。にんにくは多めに入れ、大葉とも相性が良かったです。