

キャンプ
めし!

フライパン de キャンプめし 簡単おいしい！缶つまピリ辛トマトパスタ

【用意する食材】1人分

- ・アマノフーズ トマトスープ 1袋 ・アマノフーズ ガーリックスープ 1袋 ・缶つまハバネロサーディン半分
- ・たまねぎ 半分（スライス） ・ウィンナー 3本（お好きな大きさで） ・プチトマト 3個（半分にカット）
- ・カレーパウダー 小さじ1 ・スライスチーズ 2枚 ・パスタ 1束 ・水 250～300ml



- ▶ たまねぎとウィンナーを炒め、水300mlを入れる
- ▶ トマトスープ、ガーリックスープ（細かくする）、カレーパウダー、パスタ（半分に折る）、プチトマト、ハバネロサーディン2本を入れ7分煮込む（パスタの湯で時間により煮込む時間が異なります）
- ▶ パスタが好みの硬さになったら火を止め、チーズを入れアルミホイルをかぶせ少し蒸らす
- ▶ 最後にハバネロサーディンをトッピングし完成！

【使用アイテム】

ツーパーナー



フライパン



カッティング
ボード①



カッティング
ボード②



tong



詳しくはこちら↓

