

料理名	夏限定！！イカ冷製パスタいなり
特徴/P R ポイント	細めのスパゲティと野菜たっぷりプリプリの夏イカ味のきめ手は、ねりがらしピリ辛のパスタ甘めのいなりが、いかとの相性バッチリ食べやすさも加わり冷やして食べるとさっぱりして絶品！！のおいしさです。
材 料 (4人分)	夏いか（胴）だけ（200g）・油揚げ（8枚）・スパゲティ（1.2mm）（200g）・きゅうり（1本）・カニ風味カマボコ（60g）・玉ネギ（70g）・レタス（2枚）・赤パプリカ（60g） （A）、マヨネーズ（大さじ3）・砂糖（大さじ1と1/2）・塩（小さじ1と1/2）・ねりがらし（小さじ1と1/2） （B）だし汁（2カップ）・しょうゆ、砂糖（各大さじ4）
作り方	①いかは皮と内臓を取り洗い鍋に水を入れさつとゆで5mmの輪切にして水を切る。 ②油揚げはスリコギでころがして横半分に切り袋状にして熱湯をかけ油ぬきする。鍋に（B）を入れ煮立たせ油揚げを加えて中火の弱火にして汁けがなくなるまで煮る。 ③鍋に湯をわかして塩少々加えスパゲティをゆで冷水に取りザルに取る。 ④きゅうりはたて半分に切りななめ薄切りにする。玉ネギは薄切りして冷水につけザルに取りペーパータオルで水分を取る。レタスは2角のザク切りカニカマは手で細かくさく。赤パプリカは長さ3cmの幅に切り干切りする。 ⑤ボールに（A）を入れませる①と③と④を加えてさっくりませる。 ⑥ ②のいなりに⑤を入れいかを上へのせミジン切りした赤パプリカをのせる。