

# スパゲティミートソース

材料	1人分	2人分
・スパゲティ	15g	30g
・豚ひき肉	10g	20g
・玉ねぎ	15g	30g
・人参	5g	10g
・サラダ油	2g	4g
・野菜ブイヨン	0.2g	0.4g
・トマトケチャップ	7g	14g
・トマトピューレ	2.5g	5g
・ウスターソース	2g	4g
・砂糖	0.1g	0.2g

## 作り方

- ① スパゲティを茹でる。
- ② 玉ねぎ、人参はみじん切りにする。
- ③ サラダ油で豚ひき肉を炒める。
- ④ ②を加えてさらに炒める。
- ⑤ 野菜ブイヨン、トマトケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、砂糖を加える。
- ⑥ 茹でたスパゲティを④に加え、混ぜる。