



ケーブルテレビ  
ジェイウェイ  
JWAYでオンエア!

神保シェフが、  
茨城県産の食材を使って  
オリジナルのレシピを紹介!!

茨城県日立市出身

じんぼ  
神保シェフと



いばらき

茨城をたべよう

SEASON 8



材料(2人分)

ニラ	120g	醤油	大さじ1
スパゲッティ	160g	無塩バター	30g
ニンニク	1片	塩	少々
鷹の爪	1/2本	黒コショウ	少々
オリーブオイル	大さじ1		



## ニラのバター醤油 ペペロンチーノ



作り方

- ① ニンニクは芽を取り除き、つぶしてフライパンに入れる。オリーブオイルを加えて弱火にかける。香りが立ったら鷹の爪を加え、ニンニクがきつね色になったら鷹の爪を取りだす。
- ② ニラの根元は1cm幅に切り①に入れて弱火で炒める。葉先を5cm幅に切って加え、しんなりするまで炒める。
- ③ 鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩を入れてスパゲッティを茹でる。
- ④ ②に無塩バター、ゆで汁80cc、塩、スパゲッティを加え中火で絡める。強火にして鍋肌に醤油をまわし入れ、絡め合わせる。
- ⑤ 皿に盛り付け、仕上げに黒コショウをまぶして完成!



JINBO  
MINAMI AOYAMA  
オーナーシェフ

じんぼ よしなが

神保 佳永

ご視聴はこちら



JWAY 11chで  
絶賛放送中!!



You Tube  
ケーブルテレビ  
JWAYチャンネル



ケーブルテレビ **JWAY**

●ご加入・ご視聴へのお問合せ  
☎ 0120-816-454

〒317-0073日立市幸町1-19-1(JR日立駅すぐ) (営業時間)9:00~18:00 土・日・祝も営業(年末年始を除く)