



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 9



材料(2人分)

長ねぎ	1本	イタリアンパセリ(みじん切り)	少々
しじみ	200g	オリーブオイル	大さじ2
スパゲッティ	140g	白ワイン	60cc
ニンニク(みじん切り)	1片	塩	少々
鷹の爪	1/3本		



ねぎとしじみのスパゲッティ

作り方

- 1 長ねぎは、5mm幅の斜めにスライスする。
- 2 フライパンにオリーブオイル、ニンニク、鷹の爪を入れて中火にかけ、香りが立ってきたら弱火でゆっくり炒める。
- 3 ニンニクに焼き色がついてきたら、しじみと長ねぎを加えて軽く炒め、鷹の爪を取り出しから白ワインを入れて弱火で煮込む。
- 4 固めに茹でたスパゲッティと茹で汁をフライパンに加え、ソースと絡め合わせる。
- 5 皿に盛りつけ、刻んだイタリアンパセリを散らして仕上げにオリーブオイルを回しかけたら完成!



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)