



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 10



材料(2人前)

スパゲッティ	200g	トマトケチャップ	大さじ1
ベーコン	80g	パルメザンチーズ	大さじ4
ニンニク	1/2片	オリーブオイル	大さじ2
たまねぎ	1/2個	塩	少々
トマト	5~6個	黒コショウ	少々



フレッシュトマトのアマトリチャーナ

作り方

- 1 たまねぎは、皮をむき1cm幅のくし切りに、ベーコンは短冊切りにする。
- 2 沸騰したお湯にトマトを入れて10秒つけたら、すぐに氷水で冷やして皮をむく。
- 3 湯むきしたトマトは2~3cm角に切り、ニンニクを包丁の腹で潰す。
- 4 沸騰したお湯に塩を入れ、スパゲッティをパッケージの表示時間より1分ほど短めに茹でる。
- 5 フライパンにニンニク、オリーブオイル、たまねぎ、ベーコン、トマトケチャップを加えて炒める。
- 6 トマトを入れて軽く煮詰めたら、茹でたスパゲッティを加えて混ぜ合わせる。
- 7 皿に盛り付け、パルメザンチーズ、黒コショウ、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



ジェイウェイ  
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)