



5/30(火) くたくたブロッコリーのマカロニ

(材料)

ブロッコリー

マカロニ

パルメザンチーズ

にんにく

塩

黒こしょう

EXV オリーブオイル

- ① 鍋に湯を沸かし、塩、ブロッコリー、マカロニ、にんにく、オリーブオイルを入れて茹でる。
- ② 茹で上がったら水気を切ってボウルに入れる。
- ③ ブロッコリーとにんにくを潰すようにして、パルメザンチーズと塩、オリーブ油を加えて和える。
- ④ 皿に盛り、黒こしょうと塩を振る。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いてあります。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。