part.11

Let's Try!

シェフが教える簡単&楽しい “おうちごはん”レシピ

あさりのパスタ

今回ご紹介する料理は、
『あさりのパスタ』。
「家で過ごす時間」を
「家を楽しむ時間」へ！
あさりの美味しい季節です。
旬の食材で春を感じましょう！

Trattoria
ボナペティート
岩佐 優 さん

パスタを茹でるお湯に塩をいれることでパスタ自体に塩味がつくので、味付けは難しくありません。料理デビューの方におすすめのメニューです
白ワインの代わりに味醂を使っても風味が変わっておいしいです。

材 料 1人前

- パスタ ………………… 100ｇ
- アサリ ………………… 10個（小粒なら12個ぐらい）
- ニンニク ……………… 1／2粒
- 鷹の爪 ………………… 少々
- オリーブオイル ……… 適量
- 水 ……………………… 適量
- 塩 ……………………… 適量
- 白ワイン ……………… 適量
- パセリ ………………… 適量

手 順

1 お湯を沸かしパスタを茹でる。
※ 塩は水に対しての2～3％が基本
（味噌汁ぐらいの塩辛さ）

Chef's Point 1
パスタはしっかりと塩を入れて茹でると
塩分濃度でキュッとなる
さらに麺自体にしっかりと塩味がつくので
味付けが簡単です

2 ニンニクはみじん切りにして、フライパンの手前いれる。
オリーブオイル、鷹の爪もフライパンの端に入れ、弱火でじっくり香りを出す。
ニンニクがキツネ色になるまで、時々フライパンをゆすって均等に火を通す。

Chef's Point 2
フライパンの端を使うと、
使うオイルが少しで済みますよ！

3 ニンニクがキツネ色になったら強火にして、アサリ、少し水と白ワインを入れ、蓋をする。時々フライパンをゆすりながらアサリを蒸し焼きにする。

4 アサリの殻が全部開いたら、いったん火を止める。
（これで、パスタソースの完成）

Chef's Point 3
水分が少なかったら、
水もしくはパスタの茹で汁を足す

5 パスタが茹で上がったら、ソースと絡めてパスタを馴染ませる。

Chef's Point 4
パスタの茹で加減：芯が残る程度

6 仕上げにオリーブオイルをかけて鍋をゆすり、パスタソースが乳化してトロッとしたら皿に盛り付け、パセリを散らす。

shop data

店　　名	Trattoria ボナペティート
住　　所	岐阜市長住町5-4-6
営業時間	17：00～20：00 （酒類19：00まで）
定 休 日	水曜日
電　　話	050-216-5500

このコーナーにご登場いただけるお店を 大 募集しています。
シェフの自慢のレシピを、おうち用にアレンジして是非ご紹介下さい♪