

イタリア料理を作ろう！！

スパゲティオトルラーナ・生チョコレート

◆スパゲティオトルラーナ（菜園風）



🍅 トマトソース

<材料>6人分

ホールトマト缶（400g）…2缶（800g） タマネギ…150g
セロリ…30g ニンジン…50g ニンニク…1片 ローリエ…1枚
オリーブオイル…適量 塩…適量

<作り方>

1. 鍋にオリーブオイルを入れニンニクをつぶしたもの、スライスしたニンジン、セロリを入れ極弱火で炒める。＊香だし
2. ニンジン、セロリがしんなりしたらオリーブオイルから取り出し、みじん切りにしたタマネギを加え、透明になるまで炒める。
3. ホールトマト缶とローリエ、塩、少量の水を加え弱火で10分煮込む。
4. ホールトマトの実が浮いてきたら、ムーランで裏ごしする。

<材料>6人分

パプリカ黄・・・1/3個(48g)
パプリカ赤・・・1/3個(48g)
ナス・・・中1本(84g)
ズッキーニ・・・小1本(108g)
タマネギ・・・1/4個(60g)
ニンニク・・・1.5片
トマトソース・・・600g
チーズ・・・30g
バジル・・・12枚
オリーブオイル・・・適量
スパゲッティ・・・360g
塩(麺茹で用)・・・適量
水(仕上げ用)・・・適量



<作り方>

1. ナス(ピーラーで皮をむく)、パプリカ黄、赤、ズッキーニ、タマネギを3センチ角くらいに切る



2. 鍋に湯を沸かし水量の1%の塩を入れパスタを茹でる。*今回使用のパスタは7分
3. フライパンが冷たい状態で、オリーブオイル、にんにくを入れ弱火にかける。
4. ニンニクが黄金色になったら、玉ねぎを入れて軽く炒める。
5. ナスを加えて炒める。ナスが油を吸ったら、ズッキーニ、パプリカ黄、赤を加えて軽く炒める。
6. トマトソースを加えて少し煮込む。
7. パスタが茹で上がったら、ソースと絡める。*煮詰まったら水を少量加える。
8. お皿に盛り、チーズをかけ、バジリコを飾る。

♡生チョコレート



<材料>6人分

①ビターチョコレート・・・500g
生クリーム・・・・・・・・250g
水あめ・・・・・・・・85g
バター・・・・・・・・15g

②チョコに塗すもの

カカオパウダー・・・・50g
抹茶パウダー・・・・50g



<作り方>

1. ①の材料をボールに入れて、湯せんにかけて溶かす。
※注意！絶対、お湯が入らないように
2. 溶けたら、絞り袋に入れて、型に流し込み1時間冷凍庫に入れる。
3. チョコが固まったら、型から抜く。
4. ②の各材料を別々のタッパ容器に入れ、抜いたチョコレートを入れて蓋を閉めて、優しく振る。
5. 綺麗にチョコの周りにカカオ、又は抹茶パウダーが付いたらお皿に盛りつける。