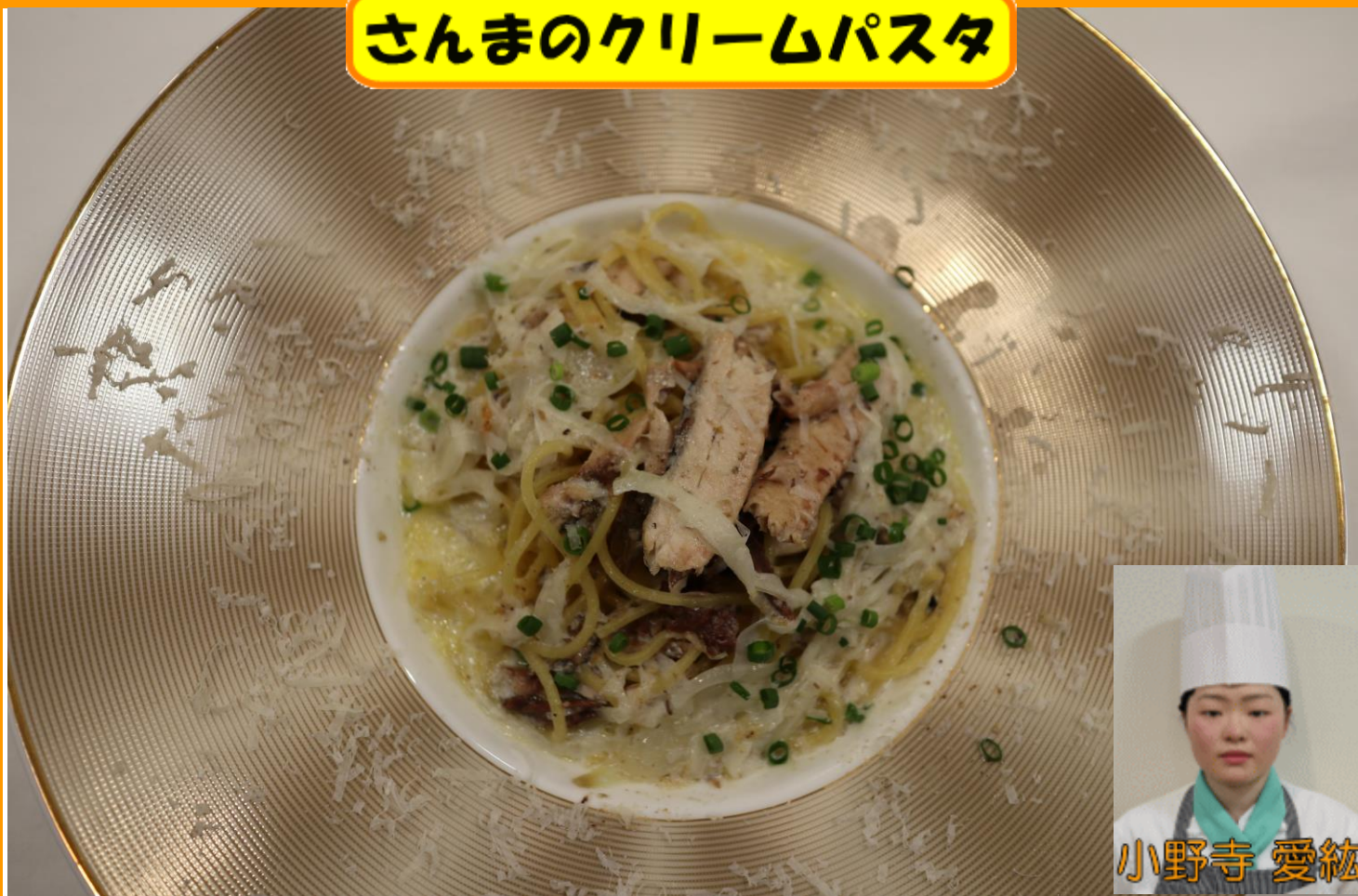


さんまのクリームパスタ



小野寺 愛紘

材料・分量(4人分)

- ・ 牛乳・・・・・・・・・・ 480ml
- ・ 生クリーム・・・・・・・・ 120g
- ・ バター・・・・・・・・・・ 60g
- ・ 塩・・・・・・・・・・ 適量
- ・ 胡椒・・・・・・・・・・ 適量
- ・ さんま・・・・・・・・・・ 2匹
- ・ 小口ねぎ・・・・・・・・ 適量
- ・ パスタ・・・・・・・・・・ 320g
- ・ 粉チーズ・・・・・・・・ 10g
- ・ 玉ねぎ・・・・・・・・ 大→半分
小→3/4
- ・ 黒胡椒・・・・・・・・ 適量
- ・ パルメジャーノ・レッジャーノ・ 適量

作り方

「クリームソース」

- ① 鍋にバターを入れて溶けてきたら牛乳、生クリームを入れて沸騰させる。
- ② そこに粉チーズと玉ねぎを入れて少し煮込みながら塩、コショウで味を整える。

「さんまパスタ」

- ① パスタを茹でる前にさんまの半身をほぐしておく。
- ② 湯に塩を入れ沸騰したらパスタを入れる。
- ③ フライパンにオリーブオイルをなじませ茹でたパスタと茹で汁、さんまのほぐしを入れて、塩、コショウで味を整え皿に盛る。
- ④ パスタのまわりにクリームソースを入れて小口ねぎを適量盛り付け EV オイルをパスタにかけて完成。

ポイント

さんまの香りを出すためにクリームソースに絡ませず盛り付けしました。

2種類の味を楽しめるパスタにしました。

また、さんまを強調させるためにクリームソースに小麦粉を入れず、サラサラのクリームソースにし、さんまの香りを消さないようにしました。小口ねぎでアクセントをたしました。