



普通とちょっと違う？

アサリのパスタ

by 山田さん

〈材料〉

- ・アサリの剥き身
- ・塩
- 1人前 80g~100g 位
- ・胡椒
- ・パスタ (1.4 ミリ)
- ・イタリアンパセリ
- ・ニンニク 1片
- ・オリーブオイル



by 福井さん

〈作り方〉

- 1 アサリはまな板の上で、包丁で叩いて細かくしておく。つぶつぶ感を残すくらい。ニンニクはすりおろしておく。
- 2 別でパスタを茹でる。
- 3 フライパンにすりおろしニンニク、アサリ、ひたひたとする位のオリーブオイルをかけ、中火で加熱、アサリが白っぽくなるまで、かき混ぜ炒める。
- 4 塩、胡椒をプラス、茹で上がったパスタと合わせてすぐ火を止める。グリグリ早くかき混ぜる。
- 5 皿にもり、仕上げにみじん切りしたイタリアンパセリをまぶして完成！

〈シェフのコメント〉

オイルっ気がもう少し欲しい時は追いオイルを。
塩の量気をつけて！
濃厚なアサリのソースで味わいます。
醤油一滴、焼き海苔ちぎって、和風にも。
鷹の爪、白ワインは使いません。
白ワインがあったら、飲みましょう
トマトとレタスとキュウリをオリーブオイル、
塩、胡椒、レモン絞ったサラダとともに。
野菜食べましょう！！お試しあれ。

〈中村さんのレビュー〉

アサリの剥き身が無かったため、
殻付きを使用しました。
アサリの塩抜きは、
50° くらいのお湯で行うと
最短の 15 分でできることを
初めて知りました！
時短のできるのにおすすめです。

