

Spaghetthi vongole macchiate

アサリとミニトマトのスパゲッティ



下ごしらえ

- ・アサリの砂だし
- ・イタリアンパセリをみじん切り

【材料】(2人分)

あさり 5~6粒/人
ミニトマト 5~6粒
にんにく 1片
赤唐辛子 1本
イタリアンパセリ 少々
オルチョサンニータ 大さじ3
(塩 少々)

スパゲッティ 180~200g
塩 適宜

【作り方】

- 1) フライパンにオルチョを注ぎ、ニンニクのつぶしたものと赤唐辛子を入れたら火をつける
- 2) すぐミニトマトを手でひねりつぶしながら加え、3~5分全体に炒める
(この時ミニトマトをよく炒める事でオルチョにトマトのうまみが溶け出す)
- 3) 砂だしたあさをざるにとって(あまり早くからざるにとらない)
フライパンに加えみじん切りのパセリの半分も加えてふたをする 火加減は中火よりやや弱くあさが開いたらふたを取り、出たスープの味を見て塩が足りない場合はここで足す(ここまで出来たら火を止めて麺がゆだるのを待つ)
- 4) スパゲッティを茹でる 1%の塩分のお湯でアルデンテにゆでる
- 5) 麺がゆだったらざるに取り完全に水を切らずに先ほどのあさりソースに火をつけ麺を加える 手早く全体をからめる
- 6) 皿に盛り付け、上から残りのパセリを散らして出来上がり
赤唐辛子はそのままで。辛いのがよければ手でちぎって中の種もだす
メモ/macchiata(マッキアータ)とはイタリア語で“シミ”の意味。
ミニトマトでシミがついた、ということ