



## Spaghetti aglio e olio con pangrattato

スパゲッティ・アーリオ&オーリオ (パン粉添え)



### 【材料】 1名分

※アサクラ低温乾燥スパゲッティ 80g

(動画はカップペリ小麦のスパゲティ 1.8mm)

※アサクラ EVO	大さじ 1
にんにく	半片
※塩 (コンチェントラート)	少々
パン粉	大さじ 1〜

※印はアサクラアイテム

YouTube/アサクラ CHANNEL ライブクッキング vol.214

### 【作り方】

#### ●あらかじめ準備するパン粉

- 1) フライパンを中火で熱しパン粉を入れ木べらでかき混ぜながら乾煎りする
- 2) 香ばしい香りとうっすらと色づいたら容器に取り出しておく

#### ●ソース

- 1) フライパンににんにくのみじん切りと EVO を入れて火をつける  
弱火でゆっくりにんにくの香りと味を出す
- 2) パスタのゆで汁を大さじ 2 加え、火を強めにし煮立たせる (ここで水気と油を乳化させる)  
塩少々加え、火を止めスパゲッティが茹るのを待つ

#### ●パスタの茹で方 (アウトレット・カップペリ小麦スパゲッティの場合)

- 1) フライパンなど広口の鍋 (または大き目の鍋) を用意し水を入れ沸騰させる
- 2) お湯の 0.5% の塩 (動画は水 1.4ℓ に 7g) を入れパスタをパラパラとぼらしながら入れる
- 3) 箸でパスタをやさしくほぐす (以降、必要以上に箸でいじらない)
- 4) 再沸騰したら約 10 分アルデンテに茹でる (茹で加減は自分で味見し確認する)
- 5) 茹で上がったら必ずざるで湯切りする (切れやすいので箸やトングでソースに移すことはしない)
- 6) オイルソースに火をつけスパゲッティを入れ強火でソースを絡める
- 7) パン粉を少し加えさらに和えて皿に盛る
- 8) 上から残りのパン粉をあしらう