



# napoletano

## ゆで置きのパゲッティを使って 正統派ナポリタン

【材料】 もりもり1人分



カップッリ小麦スパゲッティ 1.82 mm	70 g
(お好きなアサクラパスタでOK)	
たまねぎ	中 1/2
ピーマン	1 個
生しいたけ	1 枚
にんにく	半分
ウインナー	2 本
水	大きじ 2
※塩	小さじ 1/5
※アサクラ EVO	大きじ 1 ~
※シチリアのパッサータ	山盛り大きじ
4	
米酢	大きじ 1
白コショウ	少々
※野生のオレガノ	少々

### 【作り方】

(スパゲッティを翌日、または時間をおいて料理したい時の茹で方)

- 1) スパゲッティは2リットルのお湯に0.5% (10g) の塩を入れ茹でる (約10分)
- 2) あともう少し、というぐらいまでになったらざるにとる
- 3) 湯をしっかりと切り、ざるに入れて四方八方から蒸気が抜けるようにする
- 4) 箸で麺を持ち上げ、麺に空気を晒すようにする (スパゲッティ1本1本の表面から蒸気を抜くため)
- 5) 蒸気が完全に抜けるまで、箸で持ち上げてスパゲッティ同士がくっつくのを防止する
- 6) 完全に蒸気が抜けたら容器に入れ冷蔵庫で保存する (オイル等は使用しない)

### (正統派ナポリタン)

※パスタは冷蔵庫から出して室温に戻しておく

- 1) しいたけは石突を取り厚めにスライスする
- 2) たまねぎは縦に2等分し繊維に沿って少し厚めにスライスする
- 3) ピーマンも縦に2等分し種を取り除き縦にスライスする
- 4) ウインナーは斜めスライスにする
- 5) にんにくもスライスする
- 6) フライパンににんにくを入れEVOを注ぎ点火しさつと香りを出す
- 7) ウインナーを入れたらソテーし色づいたらそのほかの野菜を加え炒める
- 8) 全体に少ししっとりしてきたら水と塩を加え野菜をその水で煮るように火を通す
- 9) 茹で置きのパゲッティも加え箸で野菜と一緒に炒める
- 10) しっかりスパゲッティが温まったらパッサータを加え全体に合え、続いて酢をいれ全体を和える
- 11) 最後にコショウを加えてざっと合わせる
- 12) 皿に盛り、あれば野生のオレガノを添える