

アサクラのパスタをおいしく食べる ～ 粉の甘みと旨みを引き出すゆで方 ～



- ① お湯を沸かす。
最低で2リットル以上お湯を用意する(ロングパスタ2人前160gの場合)
- ② 必ず沸騰した湯に塩を入れる
水の0.5% 2リットル → 10g (1人分80gでも最低1.5%のお湯で)



- ③ 写真のお湯に注目
ここまで沸いたら塩を入れる
- ④ パスタをこのまとまったままの状態です投入する
※広げて入れると茹でムラになるため



- ⑤ 箸でパスタがくっつかないようにはじめの段階でやさしくほぐす
※その後は過度に箸でかき混ぜない(麺が切れる原因になります)



- ⑥ ふつふつ沸いている状態をキープ。沸騰しすぎないように注意
表面がデリケートな為パスタがとけやすくなる
→写真に注目、低温乾燥の証拠 茹で汁が濁る



- ⑦ スパゲッティなら8分が目安
必ず時間ちょっと前に噛んで固さを見る (タイマーに頼らない)
→プロ料理人も噛んで固さをみて確認しています
※お湯の量で茹で時間がかわります
- ⑧ ザルにとる
この時点でソースは必ず用意しておく
ソースは底の広い高さの低いフライパンか浅い鍋でつくりロングパスタを投入してすばやく強火であえるのがコツ
※アルデンテ/芯に火が通ったか通らないか、ソースにあわせ盛り付け食べるまでの時間を逆算し茹で上げを調整する
- ⑨ ソースとあえたら即食べる！アサクラロングパスタはすぐ伸びます！

レシピ・美味しい葉ものでソース



～古代小麦パスタ～ スパゲッティかぶの葉ソース

材料 (二人分)

小かぶ5個分の葉っぱ にんにく1～2片 アンチョヴィ 4～5切れ

アサクラ EVO 大さじ4強 アサクラパスタ 160g

つくり方/①パスタ用のお湯を準備する。沸騰したらお湯の0.5%の塩を入れる(例・湯2リットルに10gの塩)②洗ったかぶの葉をゆでる。色が変わらない程度にいつもよりやわらかくゆがく③葉を平ザルにとり蒸気を四方八方から抜く④粗熱が取れたら余分な水気を軽く絞りザク切りしておく⑤同じお湯でパスタをゆでる⑥その間にフライパンにアサクラ EVO、にんにくスライス、アンチョヴィをいれ火をつけ弱火でにんにくが焦げないように香りをだし、アンチョヴィがソース状になるまで火をとおす⑦パスタが茹で上がったら⑥に再度火をつけパスタを加え手早くアンチョヴィソースとからめる。かぶの葉もいれ全体をよくまぜて出来上がり。

是非アサクラのオルチョ・アンチョヴィでお試ください！