



キューピーItalianeシリーズのジェノベソースの構成は、パスタソースとバジルソース



ディ・チェコの No.303 フェットウ・チーネとパスタを美味しくする塩(イタリア・シチリア島産岩塩)



サンテラモ社 エクストラ・ヴァージン・オリーブオイル、バジルソース、みじん切りガーリック



じゃがいも、いんげん、スイートバジル(S&B)



じゃがいもは皮をむき、5mm幅程度に裁断



じゃがいも、いんげんをボイルする



フェットウ・チーネ、じゃがいも、いんげんをパスタソースで攪拌



どうだ! どうだ!
大盛りだよ〜ん

ジェノベソースで楽しむフェットウチーネ

キューピー Italiane ソース シリーズ使用

パスタといっても侮ってはいけない。作り次第で、とても美味しくなるので、段取りを良くして手際よく作ろう。準備が重要なのだ。

最初に用意するものは、30分程度の作業時間と以下の3項目である。

1. キューピーItalianeシリーズのジェノベソース(左上1番目写真)。
2. ディ・チェコのNo.303フェットウ・チーネとパスタを美味しくする塩(左上2番目写真)。
3. じゃがいも、いんげん、スイートバジル(左上4番目写真)。
大盛りを作る場合は、別途エクストラ・ヴァージン・オリーブオイル、バジルソースも用意する(左上3番目写真)。

鍋に水を入れ沸騰した時点で、筋を除去したいいんげん(3~4本)と、4mm幅程度に裁断したじゃがいも(1/2個)を投入しボイルする。いずれも5~7分程度。じゃがいもはあくが出るので、都度除去するがあくが出なくなったらボイル終了(左下から2番目写真)。いんげんは、ボイル後3cm程度に裁断、じゃがいもといんげんを一緒しておく。

フェットウ・チーネは、4巻き程度(75~80g)を7分間ボイルするが、お水は500ml程度に、パスタを美味しくする塩を1袋投入し、お湯がふきこぼれないように、ゆっくり攪拌しながら火力を調整する。その間にパスタソースも袋のまま一緒に温める。ボイルが終了したら、フェットウ・チーネをざるに上げてお湯を切る。

ボールを用意して水分が切れたフェットウ・チーネをボールに入れ、エクストラ・ヴァージン・オリーブオイルで良くほぐれるようにする。上からじゃがいもといんげん、そして肌色の袋のパスタソースを投入して攪拌する(左下写真)。良く行き渡ったら、バジルソースを加えて再度攪拌し、お皿に盛り付ける。最後にスイートバジルを載せて出来上がりとなる。

ディ・チェコの No.303 フェットウ・チーネは250g入り(3回分)。今回は12巻きの半分4巻きを使用。パスタを美味しくする塩(イタリア・シチリア島産岩塩)は、5袋入り。この塩分を追加すると加熱温度が上がる。そして、微妙に美味しいフェットウ・チーネになる。

エクストラ・ヴァージン・オリーブオイルは、できるだけ品質の良いものを用意しよう。瓶入りバジルソースは、同じキューピーのイタリアンテ シリーズ。素材がソースを吸収するので、味はわずかに濃い目に仕上げるように心がけよう。

スイートバジルはS&B食品のFRESH HERBS 袋入り(茨城県産と記述がある)。袋を開けて、しおれたスイートバジルを取り出し、アルカリイオン水を入れたカップに枝までつけて置くと、数時間で元を取り戻す。それが左の写真。

フェットウ・チーネ、じゃがいも、いんげん等、全てを多め(大盛り仕様)に投入する場合は、瓶詰めのバジルソースを追加する。ガーリックが欲しい場合は、みじん切りの瓶詰めガーリック(マコーミック)を加えよう。