

1. カプレーゼ
2. 帆立貝のジェノベーゼソース
3. 鶏のカッチャトーラと
茹で上げスパゲッティ
4. パンナコッタ



Image です。レシピのの出来上がりとは異なります

カプレーゼ

材 料	
トマト	中2個
モッツアレアチーズ	200g
ペパーリーフ	2パック
エキストラバージンオイル	
A 塩	適量
胡椒	

作 り 方

- ① トマトは5～7mm厚さに切る。モッツアレアチーズもトマトの厚さに合わせて5mm幅に切る。
- ② ペパーリーフは洗って水気をよく切り、トマトとモッツアレアチーズを交互に並べて器に盛り付け、ペパーリーフを添える。
- ③ Aを②の上に適量振りかける。

* 好みでワインビネガーやバルサミコ酢を合わせても美味しい。

帆立貝のジェノベーゼソース

材 料	
帆立貝(刺身用)	300g
胡瓜	1本
セロリ	1本
パプリカ赤	1/2個
アボカド	1個
ドレッシング	1単位
油	3/4C
酢	1/4C
塩	小さじ1
A 砂糖	小さじ1
種入りマスタード	大さじ1
玉葱みじん切り	1/4個分
胡椒	
ジェノベーゼ	1単位
バジル	30g
パセリ	30g
エキストラバージンオイル	1C
B 塩	小さじ1
にんにく	1片
ハルシヤールンシヤール	大さじ4
松の実	大さじ4

作 り 方

- ① 帆立貝は塩水で洗い、流水でさらに洗って、水気を拭いて1個を横3枚位にスライスする。
- ② 胡瓜は縦半分に切り斜め薄切り、セロリは筋を取り斜め薄切り、パプリカは3～4cm長さの薄切り、アボカドは皮と種を取り縦四つ割りにして5mm厚さに切る。
- ③ 器に胡瓜・セロリ・パプリカを混ぜ合わせておいたものとアボカド・帆立貝と順に盛り付け、ドレッシング1単位にジェノベーゼ大さじ4を混ぜ合わせたものを添え、食べる直前に和える。

鶏のカッチャトーラと茹で上げスパゲッティ

材 料	
鶏のぶつ切り	700g
パプリカ赤・黄	各1個
ピーマン	3個
小玉葱	400g
マッシュルーム	200g
玉葱みじん切り	100g
油	大さじ6
バター	大さじ2
にんにくみじん切り	大さじ1
ローズマリー	2本
ベイリーフ	2枚
茹で方	
水	1L
塩	8~10g
パスタ	100g

作 り 方

- ① 鶏のぶつ切りに塩小さじ1と胡椒を少々振って小麦粉をまぶす。
- ② ピーマン・パプリカは二つ割りにして種を取り一口大に切る。小玉葱は熱湯につけてから皮をむき、マッシュルームは汚れを拭いておく。玉葱・にんにくはみじん切り。
- ③ 鍋に油を熱してピーマン・パプリカを入れさっと炒めて取り出す。その後にバターを入れ熱くなったら鶏肉を色よく焼く。
- ④ 玉葱・にんにくを加えて炒め、ローズマリー・ベイリーフ・小玉葱も入れて炒め、白ワインを振り込んで弱火で少し煮詰める。
- ⑤ トマト缶を汁ごと入れて塩大さじ1/2・胡椒を加え、鍋底を時々返して焦げ付かないように15分煮る。マッシュルームとピーマンを加えて更に5~6分煮る。
- ⑥ その間に熱湯に0.8~1%の塩を入れてパスタを茹であげ、カッチャトーラをソースとして一緒にいただく。

パンナコッタ

材 料	
生クリーム	400cc
牛乳	100cc
グラニュー糖	80g
ブランデー	小さじ2
粉ゼラチン	8g
水	大さじ3
カラメルソース	
イチゴ	1P

作 り 方

- ① 小鍋に牛乳とグラニュー糖を入れて火にかけて、砂糖が溶けたら火を消す。
- ② ①に粉ゼラチンを水で湿らせたものを入れよく溶かし、生クリームとブランデーを入れて混ぜる。
- ③ 器に流し入れ冷蔵庫でよく冷やし、それぞれの器に取り分け、カラメルソースをかける。
- ④ イチゴを一口サイズに切り、グラニュー糖とリキュールをかけ、冷やしたものを添えて盛る。