

Mangiamo Italiano

25 / 05 / 2015

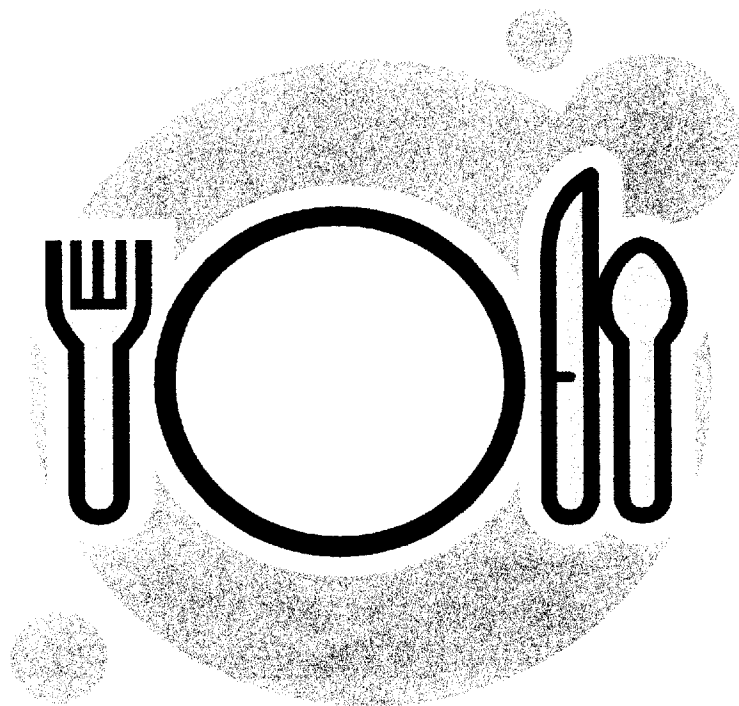
前菜：ブルスケッテ

☆

プリモ：キャンプのミートソースパスタ

☆

ドルチェ：グリッシーニとヌテッラ



ブルスケッタ (材料1人分)

| | |
|---------------|-------------------|
| パン | 2切れ |
| トマト(完熟でかたいもの) | 1個 |
| エキストラヴァージンオイル | 小さじ1 |
| バジル | 1枚 (手で細切れにちぎったもの) |
| 塩 | ひとつまみ |

- 1) トマトを洗ってから半分に切って、小さいスプーンで種をとって、サイコロ状に切ります。
- 2) ボールに入れてオイルと塩をかけてゆっくり混ぜてバジルを加える。
- 3) パンの両面を焼きパンの上にトマトをのせる。

キャンプのミートソースパスタ (材料8人分)

| | | |
|---------------|------|----------------|
| ソース用 | | |
| トマト缶 | 4缶 | |
| トマトペースト | 大さじ2 | (1/2 缶水に溶かす) |
| 砂糖 | 小さじ2 | |
| 塩 | 5つまみ | |
| エキストラヴァージンオイル | 大さじ6 | |
| タマネギ | 1/2個 | |
| 豚ひき肉 | 250g | |
| 白ワイン | 1カップ | |
| バジル | 6枚 | (手で細切れにちぎったもの) |
| コショウ | 好み | |
| パスタ | | |
| パルミジャーノ | 小さじ8 | (おろしたもの) |
| パスタ用 | | |
| パスタ | 640g | |
| パスタのお水 | 8リトル | |
| 塩(岩塩) | 小さじ8 | |

- 1) ボールにトマトをつぶしトマトペーストを加え、砂糖、塩4つまみを入れ混ぜる。
- 2) 大きな鍋にオリーブオイルをひき、玉ネギと塩をひとつまみ入れて軽く炒める。
- 3) 豚ひき肉を入れて混ぜながら炒める。
- 4) ワインをかけて混ぜながら蒸発させる。
- 5) 1のトマトを入れて時々かき混ぜながら約1時間位煮る。
- 6) バジリコ、塩、コショウを加え、混ぜる。味を確認をしてから火を消す。
- 7) このあいだに鍋いっぱいに入れ、火にかける。沸騰したら塩を加えて、パスタを茹で、水を切る。
- 8) 同じ鍋に、パスタを戻し半分ぐらいのソースをかけて、半分のパルミジャーノを加えて混ぜる。
- 9) お皿にパスタを入れてまたソースをかけて、パルミジャーノを加える。

BUON APPETITO ! いただきます! めしあがれ!