

「奈良のシェフ」が、「奈良の食材」で「家庭でできるレシピ」をご紹介します。

香りごぼうと菜の花の スパゲティ菜園風

リストランテ アムリット
RISTORANTE AMRIT (イタリア料理)



〈材料／4人分〉

スパゲティ	320g
香りごぼう	2本
菜の花	100g
玉ねぎ	80g
ベーコンまたはハム	160g
にんにく	2かけ
赤唐辛子	2本
オリーブオイル	70cc
パスタのゆで汁	約200cc
粉チーズ	32g
飾り用 (ルッコラ、レタス、水菜など)	適量
塩	適量

〈作り方〉

- ①塩(お湯に対して1%ぐらい)を入れたたっぷりのお湯でスパゲティを表示時間よりも1分ぐらい短かくゆでる。
- ②スパゲティをゆでている間に、フライパンにオリーブオイル、みじん切りにしたにんにくを入れ火にかけ、にんにくの香りを出すように弱火で炒める。
- ③香りが出たら、種を抜いた赤唐辛子と薄くスライスした玉ねぎ、3mm程度に輪切りした香りごぼうを入れ、塩で下味を付けさっと炒める。
- ④ベーコン(またはハム)を加えさらに炒め、①のゆで汁と、長さを2～3等分し固めにゆでた菜の花を加え軽く煮てソースと具をなじませる。
- ⑤しっかりお湯を切ったスパゲティを④に入れ、よく和える。必要であれば適宜ゆで汁を追加する。最後に粉チーズを入れ火を止め、よく混ぜて皿に盛り、飾り用の野菜をのせる。



香りごぼうは歯ごたえを生かすため、3mm程度に輪切りする。



食材のもち味を生かし、ベーコンの脂でしっとりと仕上げる。

食材の紹介



ごぼう本来の香りが強く、アクが少ないうえ、とても柔らかく、根部分が20cmと普通のごぼうより短いのが特徴。砂質で排水のよい五條市金剛・葛城山麓で生産される。

One point

- * 香りごぼうの他にも葉物やきのこなど、旬の野菜をたくさん入れるとより美味しくなります。
- * ハムは少し脂身があるものを選ぶとしっとりと仕上がります。
- * スパゲティは細めがお勧めです。固めにゆで、ソースの中で好みの固さにすると味がなじんで美味しくなります。
- * ソースはオリーブオイル、ゆで汁、粉チーズでとろりとした状態に仕上げます。

【お店の紹介】 RISTORANTE AMRIT

AMRITは、サンスクリット語で「不老長寿の業」の意。2010年5月16日に1号店として業師寺門前AMRITはオープンしました。その一角にあるRISTORANTE AMRIT。お子様もご来店いただけます。20台まで無料駐車場を完備しており、披露宴や二次会などでもご利用ください。

料理長 吉田憲一郎 さん



〒奈良市六条町410 ☎0742-32-5777 URL amrit-nara.jp/