

◎◎ 菜の花とハマグリのパスタ ◎◎

レシピ提供：シトロン ヨーコ先生



■材料(4人分)

スパゲッティーニ	240g	茹で汁	100cc～
はまぐり	6個	桜の塩漬け	4個
菜の花	100g	茹で用湯	湯2・5ℓ
にんにく	1/2かけ	塩	2.5cc
オリーブオイル	大さじ2～		

1 にんにくをつぶし、フライパンにオリーブオイルとともに入れ弱火で香りを出す。
フライパンに②のパスタの茹で汁とハマグリを加え、蓋をしてハマグリがあくまで加熱し、ハマグリを取り出しておく。

2 茹で用の湯にスパゲッティーニと菜の花を入れる。菜の花が柔らかくなったらフライパンに移し、つぶしながらよく混ぜる。塩で味を整え、ソースが足りなければ水をたす。

3 アルデンテに茹であがったパスタをソースに加えてよくあえる。

4 はまぐりは殻からはずし薄切りにしてラップをしてガス台の近くなど温かいところにおいておく。桜は5分水中で戻しておく。

5 皿にパスタを盛り付け・ハマグリ・桜の花をのせる。

■ ポイント ■

◆パスタソースを美味しくする・・・今回菜の花はソースにします so 柔らかくなるまでしっかり茹で、つぶしてソースになじませる。ソースの量は水分で調整し、オイルとしっかり乳化させる。

<はまぐり>

旬は2月から4月。2枚の殻は似ていても他の殻とは一致しないことから夫婦和合を象徴する。結婚式で出されたり、良縁を願ってひな祭りに食べる習慣がある。独特の風味が美味しい。大きいものは肉質も楽しめるので今回は少し大きめのものを選ぶとよいでしょう。代用はあさりで。味は違いますがまた別の美味しさが楽しめますよ。