

## ◎ ハマグリと白インゲン豆のニョケッティサルディ ◎

レシピ提供：ばん くみこ先生

## ■材料（2人分）

ハマグリ	10個（小さめ250g）
白インゲン豆（茹でたもの）	100g
白インゲン豆ゆで汁	50cc
ニョケッティサルディ	120g
ニンニク	1片
赤唐辛子(種を抜いたもの)	1本
アンチョビフィレ	2枚
白ワイン	150cc
プチトマト	12個
EXVオリーブオイル	適量
イタリアンパセリ(みじん切り)	適量



@Bellatina

## \*\*ポイント &lt;ニョケッティサルディ&gt; \*\*

ニョケッティサルディとはサルディーニャ島のショートパスタで、サルディーニャの小さなニョッキという意味です。ひな祭りなので旬のハマグリにしました♪

小さくてかわいらしい形なのでスープに浮かべたりサラダに入れたり、もちろんトマトやクリーム系のパスタソースにもあいます。いつもと違ったパスタを使うのも楽しいですね。今回は珍しいかなあと思ってニョケッティサルディを使っていますが、ご自宅にあるパスタで気軽に作ってみてください。

**1** 白インゲン豆はたっぷりの水で1晩もどしておく。そのまま鍋にうつし、塩（少々）とローリエを入れて柔らかくなるまで茹でる。

**2** ハマグリは砂抜きし、水で洗っておく。ニンニクとアンチョビフィレはみじん切りにしておく。プチトマトは半分に切っておく。

**3** ニョケッティサルディはたっぷりのお湯に塩を加えて時間通り茹でる。

**4** 鍋にニンニクとオリーブオイルを入れて火にかけ、香りがでたらハマグリ・赤唐辛子・アンチョビを入れる。軽く炒めたら白ワインを入れて蓋をする。

**5** ハマグラの口が開き始めたら、白インゲン豆（ゆで汁と一緒に）・ニョケッティサルディ・プチトマトを入れて軽く煮込む。

**6** 仕上げにEXVオリーブオイルをかけ、皿に盛り付けイタリアンパセリをふりかける。

## ばん くみこ先生のコメント★

ハマグラの旨味が白インゲン豆とニョケッティサルディにギュッと詰まった一品です。

白インゲン豆は水煮を使っても大丈夫です。私は乾物好きが高じてかんぶつマエストロの資格を取得していて、乾物を使った料理をもっと世にだしていきたいなあと思っています。イタリア料理で乾物というと白インゲン豆かなあと思い、今回は使ってみました。インゲン豆は世界中で一番食べられていて、品種や銘柄も多種多様です。パスタに入れるときはちょっと固めに白インゲン豆を茹でるのが個人的には好きです。多めに茹でておいて、お肉の付け合わせやサラダに使ってみてください。戻すと量・重さはだいたい2.5倍くらいになるので、たっぷりの水で戻してくださいね。