

## ◎ レモンパスタで「いんげんとツナのパスタ」 ◎

レシピ提供：シトロン ヨーコ先生

アンチョビの旨みを移したオイルベースのソースをたっぷりパスタに吸わせて仕上げます。  
初夏にぴったりな爽やかなパスタです。

## ■材料（2人分）

イ・リッチョーリ・アル・リモーネ (レモンのねじれたパスタ)	120g
オリーブオイル	大さじ1
にんにくみじん切り	小さじ1/3
アンチョビ	2フィレ
プチトマト	6個
ツナ缶	70g
いんげん	8本
湯で用	湯 1.2ℓ
	塩 大さじ1弱
仕上げ用	パセリ 適量



## ■ポイント■

上質の粉でこだわって作られたショートパスタはしっかり茹でたほうが粉の風味が感じられて美味しいことが多いです。今回のパスタも表示通り8分でちょうど良い仕上がりになりました。同じ時間茹でてでも塩が足りないとアルデンテになりませんので茹で湯と塩の量はしっかり意識しましょう。

今回使用した「イ・リッチョーリ・アル・リモーネ」はナポリで作られるパスタ。

レモンの果汁やハーブを練り込んであり、噛むとジュワーとレモン果汁のジューシーさを感じます。ブロンズの型を通してあるので細かい粒子が感じられてそこにソースが絡みやすくなっているのです。モチリした食感まさに日本人好み。

今回のようなオイルベースのパスタソースの他にトマトソースとも相性がよいですよ。



プチトマトはがくをとり半分に切る。パセリはみじん切りにする。大鍋に湯で用の湯を沸かし塩を加えパスタを加え、時々混ぜながら表示時間に合わせて茹でる。途中でいんげんを約3分茹でて取り出し固いところを落とし3cm長さに切る。

1

パスタをゆで始めると同時にフライパンにオリーブオイル・ニンニクを入れ弱火にかける。ちりちりしてきたらアンチョビを加え箸などで細かくする。プチトマト・いんげん・ツナを加え①のゆで汁から80mlを加えて、フライパンを大きく動かし入っていたオリーブオイルとよく乳化させる。

2

①のパスタが茹であがったらザルに上げ、湯をしっかり切り②のフライパンに加える。よく混ぜ合わせ、味を見て足りなければ塩を加える。ソースが全て吸われてしまうようなら茹で汁とオリーブオイルを少量加えて調節する。

3

4

皿に盛り付け、パセリを散らす。