

◎タコとオリーブのフジッリ ジェノベーゼソース◎

2020年8月のレシピ②
レシピ提供：シトロン ヨーコ先生

バジルをたっぷりつけたソースをショートパスタに絡めます。
温かなくても美味しいですが夏ならではの冷たいパスタに仕上げました。

■材料（2人分）

Aバジルの葉	40g
Aくるみ	10g
Aにんにく	1/3かけ
Aオリーブオイル	120ml
塩・コショウ	適量

タコ 刺身用のゆでだこ	20g
ブラックオリーブ	4個
フジッリ(ショートパスタ)	80g
茹で用 湯	1ℓ
塩	10g

準備

ミキサー・ソースの材料は全て冷蔵庫で冷やしておく。



☆ポイント☆

バジルは熱によって変色しやすい素材です。あらかじめミキサーや食材を冷やしておくことで退色を防ぎます。今回ジェノベーゼソースは8人分のレシピです。これ以上少ないとミキサーが回らないからです。簡単に作れるようにミキサーを使用しましたがジェノベーゼの本場イタリアのジェノバで教えてもらったジェノベーゼは、すり鉢を使い昔ながらの製法で作っていました。その方が熱を加えずに色もきれいにできるからです。

今回は入手しやすいクルミを加えましたが代わりに松の実を加えるとまた美味しいです。

ソースは冷凍保存ができますのでたっぷり作っておくとパスタの他に肉や魚、海老、ジャガイモのソースに使えて便利です。

フジッリ・ショートパスタの種類はたくさん。今回はらせん状の溝が特徴のフジッリを使用しました。ソースが良く絡んで美味しいですよ。ほかにペン先の形をしたペンネやちょうちょの形をしたファルファッレ、貝の形をしたコンキリエなどもよく合いますしロングパスタのスパゲッティでも美味しいです。いろいろ試してみてくださいね！

1 バジルは洗って葉のみ摘み取る。Aを全てミキサーに入れ、滑らかになるまで攪拌する。塩・コショウで味を調える。

2 鍋に茹で用の湯を沸かし塩を加える。フジッリをパッケージ通り茹でる。冷やすのでしっかり芯まで火を通すこと。冷水にとり冷やしてザルに上げる。

3 フジッリを茹でてる間にタコ・ブラックオリーブを1cm角に切る。

4 ボウルに③を入れ、バジルソースの約1/4、フジッリを入れスプーンでよく混ぜる。器に盛りつけパルミジャーノレッジャーノを削り掛ける。バジルの葉を添える。