

# ◎ ポルペッティ ポルチーニクリームソース ◎

2022年6月のレシピ③

レシピ提供：ばん くみこ先生

## ■材料（4人分）

合挽肉	500g
塩	4g
パン粉	40g
牛乳	80cc
卵	1個
ナツメグ	2g
パルミジャーノレッジャーノ	大きじ2
黒胡椒	適量
小麦粉	適量
ポルチーニ（乾燥）	5g
タマネギ	80g
セロリ	50g
マッシュルーム	80g
しめじ	100g
オリーブオイル	適量
白ワイン	100cc
生クリーム	200cc
パセリ（みじん切り）	適量



### ◆ポイント◆

ポルペッティといえばトマトソースが定番です。2015年9月後半に「ポルペッティトマトソース」ご紹介しています。今回はソースを変えて、クリーム系にしました。ポルペッティの作り方は同じですので、クリームソースでもトマトソースでもお好きな方で作ってみてください。残ったら翌日はパスタソースにするのもおすすめです。

### ◆ポルペッティ（Polpette）◆

ポルペッティはイタリア版肉団子です。合挽肉に、塩、胡椒、ナツメグ、おろしたパルミジャーノレッジャーノを入れ、牛乳に浸したパン粉、卵を入れて練り、丸めて焼きます。ソースはトマトソースが一般的ですが、クリームソースで煮たり、ハーブで味付けたり色々バリエーションがあります。昔、イタリアに行ったときにマンマが作った大きなポルペッティがランチをいただき、とても美味しかったです。その時は生ハムが入っていた記憶があります。ポルペッティの肉だねは、濃いめに味付けしてください。

1

生パン粉は牛乳にひたしておく。ボウルに合挽肉と塩（4g）を入れてしっかり混ぜ合わせる。牛乳にひたしたパン粉・卵・パルミジャーノ・ナツメグ・黒胡椒を加えよく混ぜる。

2

手にオイルをつけながら、丸く丸める（12個分）軽く小麦粉をまぶしておく。

3

フライパンにサラダ油を熱し、ポルペッティの表面をこままわしながら焼く。蓋をして2-3分焼いて火を通す。

4

ポルチーニはお湯（50cc）でもどして、刻んでおく。タマネギ・セロリ・マッシュルームは薄切り・しめじは小房に分けておく。

5

フライパンにサラダ油を熱し、タマネギとセロリを炒める。マッシュルームとしめじを加えて軽く塩・胡椒する。

6

白ワインを加え煮詰め、刻んだポルチーニ（戻し汁ごと）と3のポルペッティを入れて煮込む。生クリームを加え、最後に塩・胡椒で味をととのえる。器に盛り付け、パセリをかける。