

◎ ラム肉のラグーソース ◎

2022年10月のレシピ①

レシピ提供：ばん くみこ先生

■材料（2人分）

リガトーニ	160g
ラム肉肩切り落とし	150g
ニンニク	2片
タマネギ	1/4個
セロリ	1/4本
ドライポルチャーニ	2g
オリーブオイル	適量
赤ワイン	100cc
トマト水煮（カット）	200cc
ダイストマト缶	200cc
マッシュルーム	1パック
バター	15g
塩・黒胡椒	適量
イタリアンパセリ（みじん切り）	適量



■ここがポイント<リガトーニ>

リガトーニの語源は「rigare=線をひく」です。円筒状の表面に入った縦の筋が特徴的です。

ペンネよりも大きいので、表面にも筒内にもソースがよくからみます。

もっちりとしていて食べ応えがあるので、しっかりとした味のラム肉のラグーソースもよくあいます。

最近は少量サイズ（2人前）のお試しに丁度良い量のリガトーニが売っているので、ぜひお試しください。



1

ニンニク・タマネギ・セロリはみじん切りにしておく。ドライポルチャーニは水で戻し、みじん切りにする。（ポルチャーニを戻し汁は50ccとっておく。）ラム肉は1cm前後のぶつ切りにする。マッシュルームは1/2～1/4にカットする。

2

リガトーニは時間通り茹でておく。

3

フライパンにオリーブオイルを熱し、ニンニク・タマネギ・セロリ・ポルチャーニを炒める。ラム肉を加え、肉に焼き色がついたらポルチャーニの戻し汁と赤ワインを入れてアルコール分が飛んだら、トマト水煮（カット）を入れて煮込む。

4

別のフライパンで、マッシュルームを塩・胡椒をしてバターでソテーをして3のソースに入れる。ソースは塩・黒胡椒で味をととのえる。

5

ソースにリガトーニを加え、パスタのゆで汁とオリーブオイルを加え乳化させる。

器に盛り付け、イタリアンパセリをかける。お好みで、パルミジャーノ・レッジャーノをかけてください。