

## 11月 パスタカフェ

### 今日の料理

ボンゴレロツソ (フェデリーニ)  
ビーフソトロガノフ  
栗とサツマイモのスープ カプチーノ風  
ショートケーキタルト  
カナディアン・コーヒー

### ボンゴレロツソ

#### 材料 (4人分)

フェデリーニ ----- 240g

#### ソース材料・調味料

オリーブオイル ----- 大さじ4

ニンニク ----- 4片

\*みじん切り

アンチョビp ----- 小さじ1/2

アサリ ----- 400g

\*砂抜きしておく

白ワイン ----- カップ1/4

唐辛子 ----- 2本

\*種をとって2等分

トマトJ ----- カップ3

塩 ----- 小さじ1/2

#### トッピング

イタリアンパセリ --- 2枝

\*みじん切り



#### 作り方

- 1、ソースを作る。
  - A フライパンにオリーブオイル・ニンニクを入れ香りが出たらアンチョビpを炒める。
  - B アサリ~トマトJを加え少しとろみがつくまで煮詰める。
  - C 塩で味を調節する。
- 2、パスタを茹でる。

鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩・フェデリーニを加え6分弱茹でる。
- 3、仕上げ。

茹で上がったパスタとソースを絡め皿に盛り、イタリアンパセリをトッピングする。

## 11月 パスタカフェ

### ビーフストロガノフ

#### 材料・調味料

バター	-----	小さじ1
ニンニク	-----	1片
*スライス		
餡色玉ネギ	-----	1/2 個分
薄力粉	-----	大さじ1
キノコ類	-----	1 p
*小房にわける		
牛肉	-----	200g
*スライス		
ブイヨンスープ	-----	カップ1
トマトケチャップ	---	大さじ1
醤油	-----	大さじ1
牛乳	-----	カップ 1/2
サワークリーム	-----	40g
塩	-----	ふたつまみ

#### その他材料

ご飯	-----	カップ1
イタリアンパセリ	---	少々
*みじん切り		



#### 作り方

- 1、フライパンにバター・ニンニクを入れ香りを出す。
- 2、餡色玉ネギ～キノコ類を加えて1分ほど炒める。
- 3、牛肉はブイヨンスープを入れ15分圧力をかける。
- 4、2のフライパンに圧力をかけ終わった牛肉を汁ごと加え沸騰させてとろみをつける。
- 5、ケチャップ～サワークリームを入れてよく混ぜ、塩で味を調節する。
- 6、器にビーフストロガノフとご飯を盛り、パセリをトッピングする。

## 11月 パスタカフェ

### 栗とサツマイモのスープ カプチーノ風

#### 材料

オリーブオイル----- 大さじ 1/2

玉ネギ ----- 1/4 個

\* スライス

ブイヨンスープ----- カップ 1

サツマイモ ----- 125 g

\* スライスし、レンジにかける

甘栗 ----- 50 g

牛乳 ----- 300 cc

塩 ----- 小さじ 1/2

#### フォームドミルク材料

牛乳 ----- カップ 1/4

#### トッピング

サツマイモ ----- 少々

\* ピーラーでむき、素揚げ



#### 作り方

- 1、鍋にオリーブオイル・玉ネギを入れ少ししんなりする程度まで炒めブイヨンスープを入れ5分程度煮込む。
- 2、ミキサーにサツマイモ・甘栗を入れ攪拌し、再度鍋に移したら牛乳を入れ塩で味を調節する。
- 3、フォームドミルク用の牛乳は少し温め、フォームドミルクを作る。
- 4、トッピング用のサツマイモは皮の部分を素揚げする。
- 5、器にスープを注ぎ、フォームドミルクとサツマイモをトッピングする。

## 11月 パスタカフェ

### ショートケーキタルト

#### タルト生地材料

ビスケット ----- 50 g  
バター ----- 30 g

#### ケーキ材料

(15 × 14 cm の型1台)

卵黄 ----- 1個  
三温糖 ----- 5 g  
サラダ油 ----- 大さじ1  
水 ----- 大さじ1

薄力粉 ----- 25 g  
ベーキングパウダー ----- 小さじ1/4  
\* 粉類は合わせてふるっておく

卵白 ----- 1個  
三温糖 ----- 12 g

#### その他材料

生クリーム ----- カップ1/4  
\* 9分立て  
三温糖 ----- 小さじ1

シロップ漬け杏 ----- 8個  
ミント ----- 少々



#### 作り方

##### 1、タルト生地を作る。

- A 袋にビスケットを入れ、麺棒などでしっかりと砕き、溶かしバターを入れよく揉み込んでおく。  
B 型の底にしっかりと押さえつけながらタルト生地を敷き詰め、冷蔵庫で冷やし固める。

##### 2、ケーキ生地を作る。

- A ボールに卵黄・三温糖を入れ白っぽくなるまで泡立て、サラダ油・水を入れたらその都度ホイッパーで軽く混ぜる。  
B 更に薄力粉・ベーキングパウダーを2回にわけてホイッパーで混ぜる。  
C 新しいボールに卵白を入れ、途中2回にわけながら8分立てにする。  
D 卵黄のボールに卵白生地のだいたい1/3をホイッパーでなじませ、残り2/3はゴムベラでさっくりと混ぜる。  
E 型にクッキングシートをひき生地を流しいれたらオーブン180 で10分焼く。

##### 3、組み立て。

- 冷やしたタルト生地是三温糖を入れて泡立てた生クリームを少量塗り、上にケーキ生地をのせる。  
上にも生クリームを塗り、杏とミントをトッピングする。

## 11月 パスタカフェ

### カナディアン・コーヒー

#### 材料

コーヒー ----- カップ 3  
メープルシロップ --- 大さじ 2

#### トッピング

生クリーム ----- 少々  
\* 7分立て



#### 作り方

- 1、カップにメープルシロップとコーヒーを注ぐ。
- 2、生クリームをトッピングする。