

スパゲティー 吉備どんぐりイノシシのラグーソース

スパゲティー

〈材料〉1人分

- スパゲティー……………90g
- 粗塩……………適量

イノシシのラグー

〈材料〉10人分

- 猪もも肉 or バラ肉など
ブロック……………500g
- 玉ねぎ (みじん切り)…半個
- 人参(みじん切り)…半本
- セロリ……………半本
- 赤ワイン……………200ml
- ブイヨン……………100ml
- トマトペースト…大さじ1
- 塩・チーズ……………適量
- エキストラバージン
オリーブオイル……………適量

仕上げ



〈作り方〉

- ① 猪を最低半日間、塩をしてマリネする
- ② 猪をフライパンで焼き目がつくくらい焼く
- ③ 深鍋にエキストラバージンオリーブオイル、玉ねぎ、人参、セロリ(みじん切りしたもの)を入れて、甘みが出るまで炒める
- ④ ③にトマトペーストを入れ炒め、②の猪と赤ワイン・ブイヨンを入れ、1時間ほど煮込む
- ⑤ 猪の肉を取り出し5mm角に刻んで煮汁に戻す
- ⑥ スパゲティーをアルデンテにゆでる
- ⑦ 猪のラグーは鍋にとって少し煮詰め、茹で上がったパスタと和える
- ⑧ 仕上げにチーズとエキストラバージンオリーブオイルをかける

カラパン

イタリア料理 **Carapan**

岡山市北区表町3-9-33 ☎086-234-3577