

きのこたっぷり米粉パスタ

北村山農村生活研究グループ協議会



作り方

- ① 米粉と強力粉をふるいにかける。
- ② ①をボウルに入れて中央にくぼみを作り、卵を入れて粉と混ぜていく。
- ③ 全体的に混ざったら手でこね、粉っぽさがなくなったらボウルから台に移し、米粉をひいた上で生地がなめらかになるまで10分ほど混ぜる。
- ④ ラップをして冷蔵庫で20分ほど休ませる。その間にゆでるお湯を準備し、ソースを作る。
- ⑤ 生地を1ミリの厚さに均等にのばしたら、折りたたみ、幅8ミリ程度に切る。
- ⑥ パスタをゆで(1~2分)、ソースと絡めて完成。

〈パスタソース〉

- ① なすを輪切りにし、両面に塩コショウを振って、オリーブオイルをひいたフライパンでしっかりと炒める。
- ② 薄切りにした玉ねぎ、パプリカ、にんにくを加えて炒め、ベーコンときのこと類も加えてさらに炒める。
- ③ 途中でパスタのゆで汁も加え、塩コショウで調味する。

材料 / 2人分

〈パスタソース〉

ベーコン	4枚
なす	1個
にんにく	1かけ
玉ねぎ	1/2個
しめじ	1/2パック
まいたけ	1/2パック
エリンギ	1/2本
赤パプリカ	1/2個
オリーブオイル・塩・こしょう	適宜

〈麺〉

米粉	75g
強力粉	75g
卵	2個

用具

粉ふるい・ボウル・鍋・フライパン・麺棒

ポイント

パスタをゆですぎないようにする。

参考

ソースの具材を季節に合わせていろいろな楽しみ方ができます。