

そうめん大葉ジェノベーゼ

そうめんに飽きたら・・・
和食材がイタリアンに
変身！



<材料> (1人分)

そうめん(100g)、鳥ささみ肉(1本)
ミニトマト(3個)、大葉ジェノベーゼ★
飾り大葉(3枚)、白ごま(少々)

★大葉ジェノベーゼの材料(4人分)

大葉(100枚)、にんにく(1かけ)
白すり胡麻(20g)、粉チーズ(20g)
塩(少々)、オリーブオイル(140cc)
醤油(小さじ3)、胡麻油(小さじ2)



ソースは、
ミキサーにか
けるだけ！

<作り方>

- ① ジェノベーゼの材料★を、ミキサーにかけ、冷やしておく。
- ② そうめんを茹でるとき、途中でそぎ切りした鳥ささみ肉も一緒に茹で、冷やす。
- ③ 水を切った②に、①とカットしたミニトマトをからめ、千切りした大葉と白胡麻をかけて完成！



冷たく冷や
して・・・



そうめんも
冷やして

ソースと
あえて
完成！



このレシピを教えてくれたのは・・・



食べのこし^{ゼロ}応援店
高円寺イタリアン「IL DOGE」
(イル ドージェ) 金子 シェフ

そうめんを食べ飽きた時には、パスタのかわりと考えて、カッペリーニ(細いパスタ)のように、イタリアンにも使えます。ジェノベーゼソースは、通常バジルと松の実を使いますが、大葉と白胡麻に変えると、和とイタリアンがミックスした夏にぴったりのさっぱりソースが簡単に出来上がります！