



かぼちゃのニョッキ ポルチーニ茸のクリームソース

Q. ニョッキって何？

A. 主にじゃがいもと小麦粉で作る団子状のパスタ。
イタリアの家庭料理として親しまれています。



Q. ポルチーニ茸って何？

A. イタリアやポーランド料理を中心にヨーロッパでよく使われる香りが絶品のキノコ。

〈材料〉4人分		【ポルチーニ茸のクリームソース】	
かぼちゃ	250~300g	オリーブオイル	大さじ2
強力粉	120~140g	玉ねぎ	1/2個
(かぼちゃの水分量で強力粉を増減して固さを調整する)		鶏むね肉	120g
塩	小さじ2/3	生クリーム	100cc
オリーブオイル	小さじ2	ポルチーニ茸(乾燥)	8~10g
		チキンブイヨン	1/2強
イタリアンパセリ	少々	塩	少々
(またはパセリ)		こしょう	適宜

1. ニョッキを下準備する

- かぼちゃは柔らかくなるまで20分ぐらい、串をさしてスーッと通るまで蒸す。
- 蒸し上がったら皮をとって、すぐにマッシャーでつぶす。
- つぶしたら、その中に強力粉と塩、オリーブオイルを加えて混ぜ、しっかりこねて丸める。
- 水分が均一に回るように10~15分ほど置く。



3. ニョッキを成型する

- ①のニョッキを1cmの棒状に伸ばし、伸ばしたものを1.5~2cm弱の長さに切る。
- 切り口からフォークで軽く押すようにしてスジをつけ、打ち粉をしたバットに並べる。

POINT

★スジをつけることで表面積が広がるのでソースがからみやすくなる。



2. クリームソースを作る

- ポルチーニ茸はヒタヒタの水で戻しておく。
- 玉ねぎを薄く、くし切りにし、鶏むね肉は1cmの角切りにしておく。
- 玉ねぎと鶏むね肉をオリーブオイルで炒め、ポルチーニ茸を汁ごと加える。
- 生クリームを加えて、チキンブイヨン・塩・こしょうで味をつける。



4. 仕上げ

- ニョッキを熱湯で茹でて、浮き上がってきたら取り出す。
- ソースを絡めて皿に盛り付ける。イタリアンパセリを散らして、出来上がり。

