

材料

パスタ・カッペリーニ……………200g
塩……………少々

(生ウニソース)

生ウニ……………100g
ニンニク……………1片
牛乳……………100ml
ミニトマト……………8コ
イタリアンパセリ……………少々
塩……………少々
エクストラバージンオリーブオイル……………30ml

MEMO

作り方1

= 生ウニソース =

- ①ニンニクを下処理する。ニンニクを牛乳に入れ火にかける。茹であがったらみじん切りにする。
- ②ミニトマトを八つに切り分ける。
- ③イタリアンパセリをみじん切りにする。
- ④生ウニに塩をしたものを、①、②、③とエクストラバージンオリーブオイルを混ぜたものに約 20 分位漬ける。

= パスタとソースを和える =

- ①カッペリーニを塩をたっぷり入れたお湯で茹でる。
(柔らかめ)
- ②茹であがったカッペリーニをザルにとり、流水でしめる。
- ③よく水を切り、生ウニソースを和えて皿に盛り付ける。

【ポイント】

- ◎パスタはあとで流水でしめるので、少し長めに茹でる。
- ◎生ウニのソースは早めに作りマリネにしておく。

MEMO

