



かぶの葉とストラッシナーティ

かぶの葉を無駄にしないシンプルパスタ かぶの葉を添えたストラッシナーティは、ブーリア料理の中で最も愛され、高く評価されている料理の1つです。ブーリアにはかぶ菜を使ったレシピがたくさんあります。ブーリアでパスタと一緒に食べるなら、オレキエッテかストラッシナーティの2種類は外せません。かぶを最もおいしくいただける時期は、11月頃から1月頃の寒い時期とされています。実際には赤かぶや白かぶなど、かぶにはさまざまな品種があり、その地方特有の品種も多く栽培・出荷されています。今回は葉の部分だけ使用したレシピです。

使用商品

- ・トラディツィオーネ・ストラッシナーティ
- ・フロット アンチョビフィレ ひまわり油漬
- ・エクストラ・ヴァージン・オリーブオイル

(2人分)

- ・ストラッシナーティ....180g
- ・カブの葉(2cm幅に切る)...1株分
- ・アンチョビフィレ....4枚
- ・にんにく(スライス)....1かけ
- ・唐辛子(細かく刻む)....1本

材
料

- ・塩...適量
- ・オリーブオイル....大さじ2

手
順

- ① たっぷりのお湯に1%の塩を入れ、ストラッシナーティを表示時間通りにゆでる。カブの葉も一緒にサッとゆでておく。
- ② フライパンにオリーブオイル大さじ2とニンニクを入れ、にんにくがきつね色になったら取り出す。
- ③ (2)にアンチョビフィレを入れ、ほぐしてソースにしておく。
- ④ (3)にゆでたストラッシナーティとカブの葉を入れ、炒める。
- ⑤ 器に盛ったら、完成。