



アスパラカルボナーラ

全卵で作る、コクとまろやかなカルボナーラ 春が旬の食材「アスパラガス」を使った、カルボナーラをご紹介します。旨味と塩味があるパンチェッタと炒めるだけで、おつまみにも一品おかずにもなります。

使用商品

#12 フェットチーネ

(2人分)

- ・フェットチーネ....160g
- ・アスパラガス...4本
- ・パンチェッタ....60g
- ・卵....2個
- ・オリーブオイル...適量
- ・塩、黒こしょう...適量
- ・粉チーズ....お好みの量

材
料

- (1) アスパラガスを洗い、3cmくらいに斜め切りし、1分ほどゆでておく。
- (2) 水に対して1%の塩を加えたお湯で、フェットチーネを、袋の表示より30秒間短めにゆでる。
- (3) パンチェッタを拍子木切りに2~3cmくらいに切る。
- (4) フライパンにオリーブオイルを入れて弱火で熱する。パンチェッタをカリカリになるまで炒めたら、アスパラガスを入れて味をなじませる。
- (5) ボウルに卵を入れて、よくかき混ぜる。パルミジャーノチーズ、塩、黒こしょうこしょうも加える。
- (6) ゆでたフェットチーネを(4)に入れ、(5)も混ぜて器に盛ったら完成。

手
順