



基本のカチョエペペ

シンプルが最高! イタリア語でカチヨ(cacio)とはチーズ、ペペ(pepe)はこしょうという意味でカチヨエペペはその名の通りすりおろしたチーズと黒コショウをパスタに和えたシンプルなパスタです。イタリアの首都ローマの名物パスタ料理です、カルボナーラ、アマトリチャーナと並んでローマの3大パスタと呼ばれるカチヨエペペは美味しさでシンプルさにはまる人も多いパスタです。ローマ帝国時代の羊飼いによって開発された料理と言われています。

使用商品

- #8 スパゲッティ・リストランテ 1.75mm 500g
- #7 ヴェルミチェッリ 1.90mm 5kg

(2人分)

- スパゲッティ....200g
- ペコリーノ・ロマーノ(削る)....100g程
- 黒こしょう(あらびき)...適量
- 塩...適量

※ペコリーノの塩分が強いので、パスタをゆでるお湯は

材料 塩を少し控えめにしましょう。

- (1) 水に対して1%の塩を加えたお湯で、パスタを表示時間より2分短くゆでる
- (2) フライパンにパスタのゆで汁200mlと黒こしょうを入れ中火にかける
- (3) ボウルにペコリーノ100gと(2)を3回に分けて加えながら混ぜる。
- (4) フライパンにゆでたパスタ、(3)を加え混ぜ合わせる

手順 (5) 仕上げに残りのペコリーノ・ロマーノをふりかけて完成