

## ボロネーゼ

名前本来のレシピは挽肉にパンチェッタ(豚バラ塩漬け)を加え、  
パスタは卵入りパスタのタリアテッレを用いる。



### ■工程

①野菜をカット → ひき肉を炒める → 調味料等と合わせて煮込む → パスタを茹でる → あえる → 盛り付け

### ■ポイント

煮込み時間は3～4時間が理想的。その後、味を馴染ませるために一晩おくとより美味しくなる。

### ●ボロネーゼ

#### ■1人前■

- ・パスタ 90g
- ・合挽き肉 120g
- ・塩 2g
- ・胡椒 1g強
- ・にんにく 1片
- ・たまねぎ 1/8個
- ・にんじん 1/8本
- ・セロリ 1/2本
- ・ローリエ 1枚
- ・ブイヨン 250ml
- ・ホールトマト 25g
- ・ナツメグ 小1/2
- ・赤ワイン 適量
- ・パルミジャーノ 少々
- ・仕上の塩胡椒 適量
- ・オリーブオイル 適量

- ①鍋にオリーブオイルをしき、つぶしたニンニク、みじん切りにした玉葱・人参・セロリ・ローリエを加え、弱火でじっくりと炒める。
- ②フライパンにオリーブオイル大1、塩胡椒を加えて混ぜ合わせた合挽き肉を入れ、強火で焼き色をつけるように炒め、赤ワインを振りアルコールを飛ばす。
- ③②に①を加え、ブイヨンとホールトマトを加え、蓋をして味が馴染むまで弱火で煮込む。途中、水分が足りなければ水を足す。
- ④仕上げにナツメグを加え、必要であれば塩胡椒で味を決める。
- ⑤パスタを茹で上げ、ソースと繋ぎにバター（もしくは生クリーム大1）とパルミジャーノを少々加えてあえる。
- ⑥器に盛り、胡椒、刻んだパセリを加える。