

静岡のとおきレシピ

伊豆きぬさやえんどうとショートパスタのエスニック風スープ



材料（4人前）	分量
伊豆きぬさやえんどう （筋を取っておく）	32 本
ショートパスタ （ペンネやファルファッレなど）	40g
アサリ（砂抜き済）	20 個
塩・こしょう	少々
A	－
白菜	1/10 個
小松菜	1/5 束
エノキ	1/4 パック
長ネギ	1/2 本
セロリ	1/4 本
ショウガ（細切り）	2 g
パセリ（みじん切り）	少々
B	－
白ワイン	大さじ 1
みりん	大さじ 1/2
ナンプラー	大さじ 2
チキンブイヨン（固形）	2 個
かつおだし（粉末・食塩無添加）	20g
クミンパウダー	小さじ 1/2
乾燥唐辛子	1/4 本

作り方

1	塩分濃度 1% の湯でショートパスタをゆで、湯切りしたものをスープ皿に入れておく。
2	A の野菜を伊豆きぬさやえんどうと同じ長さ・幅に揃えて切る。
3	100cc の水でアサリを殻が開くまでゆでる（ゆで汁は捨てない）。
4	鍋で 1000cc の湯を沸かしたら B の調味料を入れて加熱。最後に塩を少々。
5	4 に伊豆きぬさやえんどう、2、3（ゆで汁ごと）を入れて一煮立ちさせたら、塩・コショウで味を調える。1 に盛り付けたら出来上がり！
ポイント	5 のポイント：きぬさは火が通りやすいので長く加熱しない 【静岡県産のおすすめ食材】 ＜伊豆きぬさやえんどう：頂（しずおか食セレクション）認定品＞ ひとつひとつ手作業で選別後低温処理し、発泡スチロール箱で鮮度を保って流通する。高品質で、高級ホテルや料亭で愛用されている。

