



世界の料理教室

～イタリアの家庭料理～

講師：ビセッタ・ピオさん

日時：平成15年2月20日

会場：アミュゼ 柏

〈本日のメニュー〉

- ・ ラザニア
- ・ スカロピーネ・デ・マイアーレ（豚肉料理）
- ・ ティラミス



ビセッタ・ピオさんのプロフィール

ピオさんは イタリアのトレンティーノのご出身です。1997年インド旅行中に日本人の今の奥様と知り合い、1999年に結婚し、イタリアで生活されていました。2002年10月中旬来日され、現在、柏在住です。お子様二人（3歳と1歳）の4人家族です。只今、日本語の勉強中です。趣味は山登り・ロッククライミング・スキーなど多彩です。

トレンティーノ・アルト・アディジェ州の紹介

州都：トレント

面積：13607平方キロメートル

人口：約93万人

イタリアの最北部にあり、オーストリアと国境を接しています。1956年に冬季オリンピックが開催された地として知られています。森・湖・滝など自然に恵まれ、1年中、壮大なパノラマを満喫できるそうです。

◎ ラザニア

〈材料〉（4人分）

ラザニア用パスタ	12枚	オリーブ油
パルメザンチーズ	40g	ナツメッグ
ほうれん草（茹でたもの）	375g	オレガノ
玉葱	2コ	塩・胡椒
人参	2本	
トマト	400g	
にんにく	1片	

ホワイトソース

バター	30g
小麦粉	大さじ 2杯
牛乳	400cc
パルメザンチーズ	100g
塩・胡椒	

〈作り方〉

- ① 玉葱・にんにくをみじん切りにする。
- ② 人参は皮をむいて、すりおろす。
- ③ 玉葱・にんにくをオリーブ油で炒め、人参のすりおろしたものを入れる。
- ④ トマトは皮をむぎ、塊がなくなるまでつぶす。塩・胡椒・オレガノで味をつける。
- ⑤ ほうれん草は適当に切る。
- ⑥ ①～⑤の全部を混ぜる。
- ⑦ ラザニアのパスタを茹でる。茹でる時、オリーブ油小さじ1杯を入れる。5分程茹でて、布きんの上を広げてパスタを乾かす。
- ⑧ 容器にオリーブ油をひく。パスタをならべ、⑥の野菜をのせる。その上にホワイトソースをかける。
- ⑨ ⑧の上に、またパスタをならべ野菜をのせ、ホワイトソースをかける。これを繰り返し最後にパルメザンチーズをのせオーブンで焼く。（180度 30分）

ホワイトソースの作り方

- ① バターをとかし小麦粉をいれ、牛乳も少しずつ入れる。
- ② ナツメッグを入れる。
- ③ できたら火からおろしてパルメザンチーズをまぜ、塩・胡椒で味を調える。

◎ スカロピーネ・デ・マイアーレ（豚肉料理）

〈材料〉（4人分）

豚肉	400g	にんにく	2片
ハム	100g	タイム	
ツナ缶	80g	オリーブ油	
アンチョビ	1切れ	塩	
レモンの皮	半分		

〈作り方〉

- ① ハムを半分にして細く切る。にんにくも細く切る。
- ② タイム・にんにくをフライパンで炒め、アンチョビをつぶしながら入れる。ハム・ツナ缶も入れる。
- ③ ②をフライパンの端によせ、豚肉を焼く。肉が焼けたら端によせていた②とまぜて味を馴染ませる。
- ④ 皿に盛り付けレモンの皮をかける。

◎ ティラミス

〈材料〉（6人分）

マスカルポーネ（チーズ）	400g
サボイアルディー（テラミス用ビスケット）	375g
卵	2コ
砂糖	大さじ 4杯
コーヒー（イタリア製）	
ココアパウダー	

〈作り方〉

- ① 卵を卵黄と卵白に分ける。
- ② 卵黄をよく溶いて砂糖を入れあわ立てる。マスカルポーネを少しずつ入れる。
- ③ 卵白をあわ立てる。卵黄の中に少しずつ入れる。
- ④ コーヒーを用意しておく。
- ⑤ ビスケットをコーヒーに浸し、容器に入れる。その上にクリームを入れる。
- ⑥ ⑤を繰り返す。
- ⑦ 最後にココアパウダーをかける。