



# 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おりました。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。