TIME　2009/8/10

RECIPE　No.　イタリア料理

講師　山井　英司

TITLE　トマトとツナの冷製パスタ

材料・分量

スパゲッティ	１６０g
トマト	4 個
ツナ	1 缶
バジル	10 枚
バルサミコ酢	小匙 2
オリーブ油	大匙 8
塩、コショウ	少々
ニンニク	1 片

作り方

① トマトを湯むきし、種を取り一口大に切る。

② ボールに切ったトマト、みじん切りにしたニンニク、油を切ったツナ、細切りにしたバジル、調味料を入れしっかり混ぜ合わせ冷蔵庫で冷やす。

③ パスタは冷水にさらすので、芯を残さずに茹でる。

④ 茹で上がったら冷水にさらし、水分をよく切り軽く塩をふる。

⑤ 冷蔵庫で冷やしておいたソースと良く混ぜ合わせ盛り付ける。

POINT＆MEMO