

身なりを整えて まずはルカ先生にご挨拶



本日のメニュー



パンナコッ

①冷却が必要なデザートからスタート!

材料⇒生クリーム・砂糖・ゼラチン

感想：食べやすく美味しいデザートでした。食感も程よくプリ感もあって アプリコットソースとの



| | |
|------------------------|---|
| 乳等を主要原料とする食品 | 4.0% |
| 乳脂肪分 | 26.0% |
| 糖質 | 26.0% |
| 材料名 | 糖質油、砂糖、乳製品、トランス脂肪酸、乳化剤、大豆由来セルロース、メタリン酸Na、安定剤、カラメル色素 |
| 内容量 | 200ml |
| 賞味期限 | 上部シール部に記載 |
| 保存方法 | 要冷蔵(3℃~10℃) |
| 製造者 | 名古屋製菓株式会社 大府工場 愛知県大府市横根町坊主山1-118 |
| 栄養成分表示(100ml当たり) 製造者調べ | |



生クリームを沸騰直前まで温める

火を止めゼラチンを入れそのまま溶かす



サラダ

②続いてサラダ 素材の組み合わせとドレッシングがポイントのサラダです。

材料⇒ベビーリーフ・ミニトマト・コーン・キュウリ・ドライバジル・塩・オレガノ・オリーブオイル
<ポイント→赤・緑・黄色・紫、甘さのあるコーンもプラス>

感想：さっぱり感とコーンの程よい甘さもあってこちらも美味しいサラダでした。オレガノが清涼感に効果的か?ごてごて感のない見習いたいシンプルで絶妙な



トマトソース

③本日のメイン料理の中で
まずはトマトソースづくりから。

材料⇒トマトソース・にんじん・ひき肉・バジル・玉ねぎ・セロリ・ソーセージ・ポークスペアリーブ・生ベーコン・白ワイン・エキストラバージンオリーブオイル・塩コショウ

感想：素晴らしく美味しいの一言。肉類の旨みと全体のバランスが絶妙。これだけで一品のメ



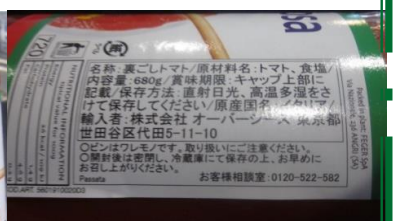
野菜をみじん切りにして
オリーブオイルで炒める



ひき肉とソーセージを加える



白ワインを加える



トマトピューレと水を加える



塩<イタリアのモティア インテグラール
CROSSO粗粒塩>を加える



2時間~24時間弱火で煮る



ニョッキ

④本日の最大の難しさのあるニョッキに挑戦。皆で悪戦苦闘しながら だんだん要領をつかんでの完成

材料⇒じゃが芋・薄力粉・卵・塩
感想：茹でたてをトマトソースに絡めてすぐに飲食。
ニョッキの醍醐味を味わえた瞬間。イタリアの家庭の味わいはこの茹でたてでないと味わえないと



じゃが芋を塩を入れて40分程度茹でる



熱いうちに皮をむき、芽をとる



薄力粉を山状にも盛り上げへこみを作り 中央にじゃが芋を線状にして熱いうちに絞る



中央に卵を入れ全体をしっかりと練ってまとめる



ナイフで輪切りにカットして棒状に伸ばし、1 cm巾でカット後 転がすようにして成形

トレイに粉をふり 互いにくっつかないように粉を振りながらトレイに載せておく

調理

⑤ニョッキを茹でてトマトソースに絡める



鍋に塩を入れ沸騰させる



ニョッキを3分茹でる



ボールにトマトソースを分け入れ、茹でたてのニョッキを入れて絡める

