

【ラ・ゴツチャ東京 ボロネーゼ】

一人当たり分量は、小学3、4年生の提供量

材料	分量(4人分)
コンキリエ (貝の形のマカロニ)	160g
牛すね肉(3センチ角)	160g
粗ごしトマト(種、皮を除く)	120g
オリーブ油	小さじ2(8g)
玉ねぎ(みじん切り)	120g
セロリ(みじん切り)	60g
人参(みじん切り)	60g
乾燥ポルチーニ茸 (戻してみじん切り)	3g
赤ワイン	160g
バター(有塩)	大さじ1(12g)
生クリーム	小さじ1(5g)
塩	小さじ3分の2(4g)
黒こしょう	少々
粉チーズ	小さじ4(8g)



学校で提供した、ラ・ゴツチャ東京 ボロネーゼ

【作り方】

- ①フライパンに牛すね肉を入れ、表面に軽く焦げ目がつくまで焼く。鍋に移し、肉がかぶるくらいの湯を加えて1時間程度煮る。【写真A】
- ②フライパンに玉ねぎ、セロリ、人参と分量の5分の1の塩を入れて混ぜ合せ、少しおいて水分を出し、中火から弱火にかけて炒める。【写真B】
- ③ポルチーニ茸を水で戻し、砂等を洗い流して水を切り、みじん切りにする。戻し汁は、漉しておく。【写真C】
- ④②が色づいたら③とオリーブ油を加え、チョコレート色になるまでじっくり炒める。【写真D、F】
- ⑤赤ワインと粗ごしトマトを合わせ、①と④を加え、途中、ポルチーニ茸の戻し汁を加えながら中火から弱火で肉が柔らかくなるまで2時間程度、煮込む。【写真G】
- ⑥塩、こしょうを加えて味を調べ、仕上げにバターと生クリームを加える。
- ⑦コンキリエを茹で、⑥と軽く混ぜ合わせて器に盛り、仕上げに粉チーズをかける。



【写真A】牛すね肉の表面を焼き、鍋に移して水を加えて煮る。



【写真B】野菜のみじん切り



【写真C】ポルチーニ茸のみじん切り



【写真D】

野菜を炒めている途中の状態。
この程度に色づいたら、ポルチーニ茸を



【写真F】

野菜を炒めてチョコレート色まで炒めた状態。野菜の粒感がなく、粘りが出てくる。



【写真G】

【写真A】の牛すね肉、トマトの粗ごし、【写真F】のペーストを合わせ、肉のとろりとした食感が残る程度に煮込む。煮詰まってきたら、ポルチーニ茸の戻し汁、水を加えて調整する。

ホールトマト、酸味の元となる種と皮を除く。

仕上げのバターと生クリームは、赤ワインやトマトの酸味を和らげる。

コンキリエは、大きめの貝型のマカロニ。リガトーニ(表面に筋の入った直径9~15mm位の太めのマカロニ)もよい。