

## PASTA

### ラザニア・ボロネーゼ

ホームパーティーの主力料理

ボロネーゼソース、と呼ばれるミートソースとホワイトソース、モッツアレラチーズなどを贅沢に重ねたラザニア。たくさんの家族や友人が集まるXmasや年末年始のホームパーティーに嬉しいインパクトがある一品です。前日までにボロネーゼソースを作っておけば当日もスムーズです。



## 材料

<4人前：ラザニア（22cm×18cm×4.5cmの耐熱容器 1台分）>

- ・ラザニア麺：6~7枚
- ・ボロネーゼソース：360g
- ・ホワイトソース（市販のもの）：270g
- ・トマトソース：90g
- ・モッツアレラチーズ（細かくカットしておく）：180g
- ・グラナパダーノチーズ（すりおろしたもの）：20g
- ・黒胡椒（粗挽き）：適宜
- ・EXVオリーブオイル：適宜
- ・イタリアンパセリのみじん切り（もしあれば）：適宜

【ボロネーゼソース：作りやすい分量】

- ・牛ミンチ（できれば粗挽きで）：750g
- ・タマネギ（みじん切り）：150g
- ・ニンニク（みじん切り）：15g
- ・薄力粉：12g
- ・ホールトマト（粗漉ししたもの）：1200g
- ・赤ワイン：110g
- ・フォンドボー：250g
- ・タイム、ローリエ等ハーブ類 2~3枝
- ・ローリエ 1枚
- ・塩 8g程
- ・ピュアオイル 70g

【トマトソース：作りやすい分量】 ※

- 市販のものを使っても可 参考分量
- ・ホールトマト（粗漉ししたもの）：1000g
  - ・玉葱（みじん切り）：4分の1個分
  - ・バジル（もしあれば）：1枝
  - ・ピュアオイル：4g
  - ・塩 3g程度

## 作り方

### Step 1

トマトソースを作ります。鍋にピュアオイルをしき、オイルが温かくなったら、玉葱のみじん切りを炒め、透き通ったら粗漉ししたホールトマト、バジル、塩を入れて、20~30分、少し濃度がつくまで、弱火で煮込みます。

### Step 2

次に、ボロネーゼソースを作ります。ボロネーゼソースは前日までに作っておくと当日が便利です。

フライパンに少量のピュアオイルを温め、牛ミンチを炒め始めます。

牛ミンチに火がまだ入らないうちに、塩・胡椒下味をつけておきます。

牛ミンチは、固まりをつぶすようにして、絶えず木べらで混ぜながら炒めていきます。

### Step 3

牛ミンチの水分が飛んで、カリッと炒められたら、ザルなどにあけて、油をきっておきます。



#### Step 4

フライパンが鉄の場合は、底に肉の旨味が残っているので洗わずに、軽く油をふきとります。分量の赤ワインを注いで、旨味を木べらでこそげとり、赤ワインに溶かし込みます。赤ワインが3分の1になるまで煮詰まったら、とっておきます。テフロン加工のフライパンの場合は、牛ミンチをザルにあけた後に油をふき取り、赤ワインを煮詰めることをやっておきます。

#### Step 5

別の鍋にピュアオイルをしき、鍋を傾けてオイルを集めたところに、ニンニクのみじん切りを入れ、弱火で香りを出します。いい香りがしてきたら、みじん切りの玉ねぎを入れて、中火から弱火の火加減で透き通るまで炒めます。

#### Step 6

STEP5 にソテーした牛ミンチを加え、薄力粉を入れよく炒めます

#### Step 7

STEP3 でとっておいた赤ワイン、ホールトマト、フォンドボー、ハーブ類をSTEP4 の鍋に入れ、塩で味を整えて、牛ミンチが柔らかくなるまで1時間半～2時間ほど、弱火で煮込みます。ハーブ類は、煮込んでいくと葉が外れてしまうので、キッチンペーパーで包んで紐で縛り、ブーケガルニのように入れるか、葉が外れる前に取り出します。



#### Step 8

ボロネーゼソースができたなら、ラザニアの麺を茹でます。沸かしたお湯に塩を入れ、おいしいスープのような塩加減にしておき、そこにラザニア麺を入れて、少し固めにゆで上げます。茹で上がったなら、1枚ずつぬれぶきんに広げておくといいですが、ザルにあけて、はがしながら使うことも可能です。

#### Step 9

その他の材料をそろえ、組み立てていきます。下から、3分の1量ずつ、

ホワイトソース

↓

トマトソース

↓

ラザニア麺

↓

ボロネーゼソース

↓

モッツァレラチーズ

↓

グラナパダーノチーズ、と重ね、これを3回繰り返します。

ラザニア麺は、重なりそうなところを切って、隙間を埋めると綺麗に敷くことができます。



## Step 10

200℃のオーブンで、15分～20分程、中心が熱々になって、表面に美味しそうな焼き色がつくまで焼きます。

焼きあがったら、イタリアンパセリ、粗挽きの黒胡椒、EXVオリーブオイルをかけ、テーブルに出します。

※ボロネーゼソースやトマトソースは、作りやすい分量で作ると余りますが、冷凍して、ピッツァやパスタに使うと便利です。