

No.45 キューピー研究員がおススメ、お家でイタリアンフルコース！

-1- 「イタリア料理の日」とは？

9月17日は「イタリア料理の日」。イタリア語で料理を意味する **cucina**（クッチーナ=917）の語呂合わせから、2010年に登録されました。日本人に馴染みのあるイタリア料理と言えばパスタですが、1959年に日本で初めて市販用のミートソース缶を発売したのは、実はキューピーなのです！…ということで、今日は、イタリア料理の日を目前に、キューピー研究員が厳選、「お家で簡単！イタリアンフルコース！」を紹介します。



-2- 研究員の選定ポイントは3つ

今回は、キューピーで調理食品の研究開発を担う佐藤陽子研究員（写真）が厳選する、お家で簡単に作れるイタリア料理をフルコースで紹介します。佐藤研究員の選定理由、その①はコースを通してさまざまな風味や食感が楽しめること。その②-できるだけ手間がかからないこと、その③-残暑厳しい9月にさっぱり食べられる酸味をプラスすること、です。



まずは、アンティパスト（前菜）。佐藤研究員が選んだのは、「**サーモンとアボカドのカルパッチョ**」です。サーモン、玉ねぎ、アボカドをそれぞれ薄くスライスして、玉ねぎは水にさらして水気を切る。あとはお皿に並べて、「**テイスティドレッシング イタリアン**」をかけるだけ。程よい爽やかな酸味で食欲をそそられます。



-3- 市販のソースを上手に使うと…！？

続くプリモピアット（第一の皿）は、「**さくさくガーリックソースのペペロンチーノ**」です。サクサク、ガリガリとした食感と辛味をほんのり利かせたペペロンチーノは、ゆでたパスタに「**Italiante ガーリックソース**」をあえただけの手軽さが“売り”。そして、セコンドピアット（第二の皿）には、「**鯛とあさりのアクアパッツァ バジル風味**」をご紹介します。鯛の両面に焼き色を付けたら、白ワインや「**アンチョビーソース**」などを加えて蒸し煮にし、その後、ミニトマト、「**Italiante バジルソース**」、「**サラダクラブ ブラックオリーブ（スライス）**」などを加えてひと煮立ち。一見難しそうだけど、市販の調理ソースをうまく使えば、お家でも手軽な一皿です。「魚介の旨味とトマトの酸味を味わって！」と、佐藤研究員もイチオシ。締めドルチェには、「**白桃のシャーベット**」をどうぞ。なんとこのメニュー、「**アヲハタ まるごと果実 白桃**」を平たく凍らせて器に盛るだけ、というシンプルなレシピ。白桃の果肉感が大満足のドルチェです。



-4- 研究員の個人的ハマリメニューは？

「**たことブロッコリーのバジルサラダ**」。佐藤研究員に、イタリア料理に合う、個人的に「どハマリ」なメニューを聞いたところ、このサラダが挙がりました。「Italiante バジルソース」の開発に携わっている佐藤研究員によると、このサラダは「**素材の組み合わせが秀逸**」なのだろう。そして「**組み合わせ**」と言えば…「**バジルソースはチーズと一緒に食べたときに驚きのおいしさがあります。モッツアレラ、プロセスチーズ、粉チーズ、何でもOK。葉物×チーズ×バジルソース。これだけで、ワンランク上のサラダが手軽に楽しめます！**」。バジルソースの原料、「**国産露地栽培の手摘みバジルのこだわり**」も、要チェック。「イタリア料理の日」に、フルコースでイタリアン、試してみる価値アリ！です。

