



ふじのくに
食の都づくり仕事人

地産地消

レシピ

伊豆きぬさやえんどうと ショートパスタのエスニック風スープ



一つ一つ手作業で選別し、流通時の温度管理にもこだわった「伊豆きぬさやえんどう」は、高級ホテルや料亭でも愛用される逸品。この食材を下田市「ビストロド・マーニ」の間野雅文さんに料理していただきました。

栄養価【1人分】

エネルギー:94kcal タンパク質:5.9g
脂質:0.6g 食塩相当量:3.9g
(栄養価計算:県中部健康福祉センター健康増進課)

⑤のポイント きぬさやは火が通りやすいので長く加熱しない

■材料【4人前】

- 伊豆きぬさやえんどう(筋を取っておく) / 32本
- ショートパスタ(ペンネやファルファッレなど) / 40g
- アサリ(砂抜きしておく) / 20個
- 塩・コショウ / 少々

[A]

- 白菜 / 1/10個
- 小松菜 / 1/5束
- エノキ / 1/4パック
- 長ネギ / 1/2本
- セロリ / 1/4本
- ショウガ
(細切りしておく) / 2g

[B]

- 白ワイン / 大さじ1
- みりん / 大さじ1/2
- ナンプラー / 大さじ2
- チキンブイヨン(固形) / 2個
- かつおだし(粉末・食塩無添加) / 20g
- クミンパウダー / 小さじ1/2
- 乾燥唐辛子 / 1/4本



伊豆きぬさやえんどう
(9月~5月)



■作り方【所要時間：約30分】

- ①塩分濃度1%の湯でショートパスタをゆで、湯切りしたものをスープ皿に入れておく
- ②[A]の野菜を伊豆きぬさやえんどうと同じ長さ・幅に揃えて切る
- ③100ccの水でアサリを殻が開くまでゆでる(ゆで汁は捨てない)
- ④鍋で1000ccの湯を沸かしたら[B]の調味料を入れて加熱。最後に塩を少々
- ⑤④に伊豆きぬさやえんどう、②、③(ゆで汁ごと)を入れて一煮立ちさせたら、塩・コショウで味を調える。①に盛り付けたら出来上がり!

仕事人紹介



まのまさふみ
間野 雅文さん

西伊豆町出身。大学卒業後に渡米しさまざまな店で料理を学んだ後、東京のイタリアンレストランで修業。その後、昭和62年に下田で「ビストロド・マーニ」をオープンする。下田の新鮮な食材を使い、イタリアン・フレンチをベースに茶懐石のテイストを加えるなど、オリジナリティー溢れる料理で客を魅了し続ける。

ビストロド・マーニ

下田市6-36-9 ☎・FAX 0558(23)0638