

# 優秀賞

高校生の部

## 里芋のカルボナーラ

真木大和さん作  
芹川将希さん作



# 第5回ご当地グルメアイデア料理コンテスト”優秀賞”

平成28年度

高校生の部

料理名	里芋のカルボナーラ		
料理のアピールポイント (特徴・味等)	里芋をたっぷり使ったカルボナーラ		
材料費	2,000 円	調理時間	15 分
材 料	分量	作 り 方	
(4人分) スパゲティ 卵 パルメザンチーズ パンチェッタまが ベーコン 白ワイン 塩・黒粒こしょう ●さといも	320g 8個 120g 200g 200cc 各適量 3個	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ボウルに卵を溶く。さといもを3つ切る。卵とからめる。パルメザンチーズをすりおろして加え、黒粒こしょうをたっぷりひいて加える。</li> <li>2. スパゲティをゆで始める。</li> <li>3. パンチェッタを薄切りにし、フライパンでよく炒める。</li> <li>4. 白ワインを加え、アルコール分をとばす。</li> <li>5. スパゲティのゆで汁を少々加え、よく混ぜて乳化させる。</li> <li>6. 火からおろし、ゆでたてのスパゲティ、1の順に加え、塩で味をととのえる。</li> </ol> <p>●余熱で卵に火が入り過ぎるとポロポロになってしまうので、手早く混ぜ、クリーミーに仕上げる。</p>	