

# そうめん大葉ジェノベーゼ

そうめんに飽きたら・・・  
和食材がイタリアンに  
変身！



## <材料> (1人分)

そうめん(100g)、鳥ささみ肉(1本)  
ミニトマト(3個)、大葉ジェノベーゼ★  
飾り大葉(3枚)、白ごま(少々)

## ★大葉ジェノベーゼの材料(4人分)

大葉(100枚)、にんにく(1かけ)  
白すり胡麻(20g)、粉チーズ(20g)  
塩(少々)、オリーブオイル(140cc)  
醤油(小さじ3)、胡麻油(小さじ2)



ソースは、  
ミキサーにか  
けるだけ！

## <作り方>

- ① ジェノベーゼの材料★を、ミキサーにかけ、冷やしておく。
- ② そうめんを茹でるとき、途中でそぎ切りした鳥ささみ肉も一緒に茹で、冷やす。
- ③ 水を切った②に、①とカットしたミニトマトをからめ、千切りした大葉と白胡麻をかけて完成！



冷たく冷や  
して・・・



そうめんも  
冷やして

ソースと  
あえて  
完成！



## このレシピを教えてくれたのは・・・



食べのこし<sup>ゼロ</sup>応援店  
高円寺イタリアン「IL DOGE」  
(イル ドージェ) 金子 シェフ

そうめんを食べ飽きた時には、パスタのかわりと考えて、カッペリーニ(細いパスタ)のように、イタリアンにも使えます。ジェノベーゼソースは、通常バジルと松の実を使いますが、大葉と白胡麻に変えると、和とイタリアンがミックスした夏にぴったりのさっぱりソースが簡単に出来上がります！