

バジルペーストの Pasta の作り方

材料(2人分)
 スパゲティ等パスタ…200g
 バジル…20g
 オリーブオイル…50g
 松の実…30g
 パルメザンチーズ…20g
 ニンニク…ひとかけ
 塩…適量
 コショウ…適量

A



今のところ順調に育つ。



フードプロセッサーがないのでミキサーで。

作り方

1. Aをフードプロセッサーでペースト状に。松の実をオーブンで軽く焼いてから。
2. パスタを茹でる。
3. ボウルでオリーブオイルとパスタの茹で汁を大さじ1ずつあえ、さらに1と2もいれてからめる。
4. 塩コショウで味をととのえる。



香りが勝負。チーズも塊から削ったほうが風味がよい。

ステイホームが長く求められるなか、新たに始めたことや復活させたことがある方も多いだろう。私の場合には三つある。一つ目は失った体力を戻すと同時に、戻すだけでは悔しいので一八〇度開脚を目指したストレッチ。風呂上がりによいしょよいしょと励むが、コロナがあつと五年は続かないと達成できそうにない。

次に写真編集ソフトのスキルアップ。これは技術向上著しく仕事にも大いに役立っている。被写体のお肌をスベスベにしたり、あるもの消したり無いもの



市販のバジルソースも手軽で便利ですがフレッシュな葉から作ると香りも風味も段違いに豊か。

これぞ家庭菜園の醍醐味！

バジルは熱が入ると色が悪くなるのでフードプロセッサーやミキサーなどの道具と食材は直前まで冷やしておくのがポイントです。

足したり自由自在。そしてベランダ菜園。去年の自粛期間から始めたのだけど、ものの見事に枯らしてしまつた。今年の再挑戦では今のところ順調だ。ただなぜ失敗したのか、なぜ順調なのか理解できていないので進化はない。植えたのはミニトマト、モロヘイヤ、オクラ、ローズマリー、大葉、バジル。ちよつとやそつとのことでは使いきれない量のバジルが育つたので、今回はバジルペーストで大量消費。バジルと松の実だけでペーストにすれば保存が効き、他の料理にも応用できる。



レシピ制作・料理・撮影・文
岡野 朋之

うまいつまみを求めて世界をさまよひ歩く。その実、国内・海外問わずハードな長期山岳縦走取材をもちこなすカメラマン。年頃の娘を持つ父でもある。