



みんなで作ろう！ イタリアの料理

～カルボナーラ～

イタリアの代表的なパスタ料理の一種です。名称の carbonara には「炭焼き風」、「炭焼き職人」という意味があり、ソースに浮かぶ黒胡椒を炭に例えたとか、炭坑で働いていた人が最初に考えたソースであるなど、命名エピソードがいくつかあります。

<材料（10名分）> 所要時間約 30分

- パスタ（イタリアのもの）500g
- 生クリーム1リットル 1本
- 卵10個
- ベーコンブロック 小指第一関節50個分
（ブロックベーコン1～2塊）
- 玉ねぎ 1個
- パルメジャーノチーズ 1袋（200g程度）
- 黒こしょう
- オリーブオイル
- バター（少量）

<準備物>

- フライパン、ボール、パスタをゆでる鍋



<作り方>

- ①卵黄10個に生クリームを混ぜる。
- ②ベーコンと玉ねぎを切りオリーブオイルでいためる。
- ③パスタをゆでておく
- ④卵黄と生クリームを混ぜたボールにチーズをまぜ、ゆであがったパスタを混ぜる。
- ⑤黒こしょうをかけてできあがり！