

ITALIAN PASTA

パスタ

CULTURE **の** & CUISINE

事典



シェフが教える
ほんとのパスタ



成美堂出版

culture & cuisine

パスタの事典

写真——GEORGE SAKASEGAWA

装丁——三宅政吉

デザイン——Moon Dog Factory

企画・制作——株式会社 八点鐘

三浦和子／岩崎多加世

スーパーバイザー——株式会社 八点鐘

須賀安紀



pasta, pasta, pasta, pasta, pasta, pasta

パスタの事典

編者 成美堂出版

発行者 深見悦司

印刷所 株式会社 東京印書館

発行所

成美堂出版

東京都文京区水道1-8-2

電話(03)3814-4351 振替 00170-3-4466

©SEIBIDO 1997

PRINTED IN JAPAN

ISBN4-415-08538-5

落丁・乱丁などの不良本はお取り替えます

●定価はカバーに表示してあります

culture & cuisine

パスタの事典



江苏工业学院图书馆
藏书章

PASTA PASTA PASTA

成美堂出版

パスタの事典

パスタのはなし **PASTA**, PASTA, **PASTA** — 8

パスタいろいろ図鑑 — 12

ロング・パスタ — 14

ロング&エッグ・パスタ — 16

ショート・パスタ — 20

シェフに教わるワンランク上のパスタ料理 — 24

オイルベースのパスタ — 26

ペペロンチーノ — 26

海の幸のカルトッチョ — 30

しらすとトマトのスパゲッティ、ディール風味 — 32

トマト、モッツアレラ、プロシュートのパスタ — 34

菜の花とアンチョビのオリキエッテ — 36

スパゲッティ・アラケッカ — 36

リングイネ・ボンゴレ — 36

季節野菜のスパゲッティ — 37

松の実とほうれん草のスパゲッティ — 37

トマトベースの Pasta 38

トマトソース	38
牛尾煮込みのパッパルデッレ	42
フシリのピッツァ職人風	44
たこのトマト煮のコンキリエ	44
冷製カペリーニのガスパチョ仕立て	45
モッツアレラフォンデュとトマトソースのスパゲッティ	45
牛胃煮込みのフェットチーネ、ミント風味	46
活わたりかにとフィノッキオのタリオリーニ	48
ブカティーニのアマトリーチェ風	50
ちりめんキャベツのスパゲッティ	50
フィレンツェ風スパゲッティ	51
いかの肝煮のセミチコリア	51

ミルク&チーズベースの Pasta 52

カルボナーラ	52
挽き肉クリームソースのファルファッレ	55
冷製カバタッピとアボガド、プロシュートのリコッタあえ	55
鴨と全粒粉の Pasta、フレッシュ黒トリュフ添え	56
フレッシュモッツアレラと生トマトのスパゲッティ	58
ミルク風味のスパゲッティボンゴレ	60
フシリのきこり風	60
えびのラビオリ、クリームソース	61
フェットチーネ アルフレッド風	61

エスニック・パスタ 62

チャイニーズラビオリのバボレー	62
子羊ラグーのリガトーニ、カレー風味	64
くるま海老のペンネ	66
いかの塩辛のスパゲッティ	68
海の幸の冷製セミチコリア	68
かきとわかめのフシリ	69
さんまの干物のスパゲッティ	69

グラタン・ラザーニャ・リゾット 70

4種類のチーズを使ったトルテリーニのグラタン	72
リガトーニとカリフラワーのグラタン	73
ラザーニャ・クラシック	74
冷製カペリーニの美味しいトマトあえ	76
冷製タヤリンのフルーツヨーグルトあえ	77
ブラックベリーのリゾット	78

映画のなかのパスタ Scene of pasta 80

アパートの鍵貸します	80
心みだれて	81
グラン・ブルー	82
ゴッドファーザー PARTIII	82

やっぱりドルチェも欠かせない 84

ティラミス	86
バジリコとトマトの2種類のソルベット	
フレッシュ・チーズのなめらかジェラート	88

パスタはワインとエスプレッソと... 90

ワインのはなし	90
エスプレッソのはなし	92

CONTENTS

パスタに欠かせない野菜いろいろ 94

トマト	96
ニンニク	97
トウガラシ、ピーマン	98
キノコ、アーティチョーク	99
タマネギ	100
ズッキーニ、チコリ	101
セージ、バジルコ	103
オレガノ、ローズマリー	104
イタリアンパセリ	105

PASTA FOODS CATALOG

パスタをつくるならまずは食材から	106
パスタ	108
オリーブオイル	118
オリーブ	122
ワインビネガー	122
バルサミコ	123
トマトの加工品	124
ペースト	126
ポルチーニ、パスタソース	127
スパイス	128
チーズ	132

CONTENTS

試してみたい生パスタ ————— 136

生パスタ生地を作る ————— 138

生地を伸ばしてカット ————— 140

生パスタ、エトセトラ ————— 142

生パスタのおいしいゆで方 ————— 143

ニョッキに挑戦 ————— 144

PASTA GOODS CATALOG

パスタ料理をもっと楽しくするためのパスタ・グッズ・カタログ ————— 146

パスタに関する用語集 ————— 164

パスタにまつわる知りたいはなし

Question and Answer ————— 168

協力企業リスト ————— 175





culture & cuisine

パスタの事典

シェフが教えるほんとのパスタ

いつも作っているパスタ料理もおいしいけど、
シェフが教えてくれるパスタ料理は、もっとお
いしい！

“パスタの事典”ではシェフが教えてくれるパ
スタレシピをはじめ、もっともっとパスタ料理が
楽しくなるような話がたくさん！ ほんとのパ
スタ、はじめませんか？

STAFF

Photographer/George Sakasegawa

Designer/Masayoshi Miyake+Hitomi Ono
(Moon Dog Factory)

Editor/Kazuko Miura+Takayo Iwazaki
(Hatten-Shiyoh Co., Ltd.)

Trattoria Formare/Naoki Hashimoto+
Hideo Fuchikawa+Sachiko Nagae+
Jyunichi Sasaki+Kazuo Ishikawa

●本書掲載の商品に関する情報は1997年3月現在
のものとなります。

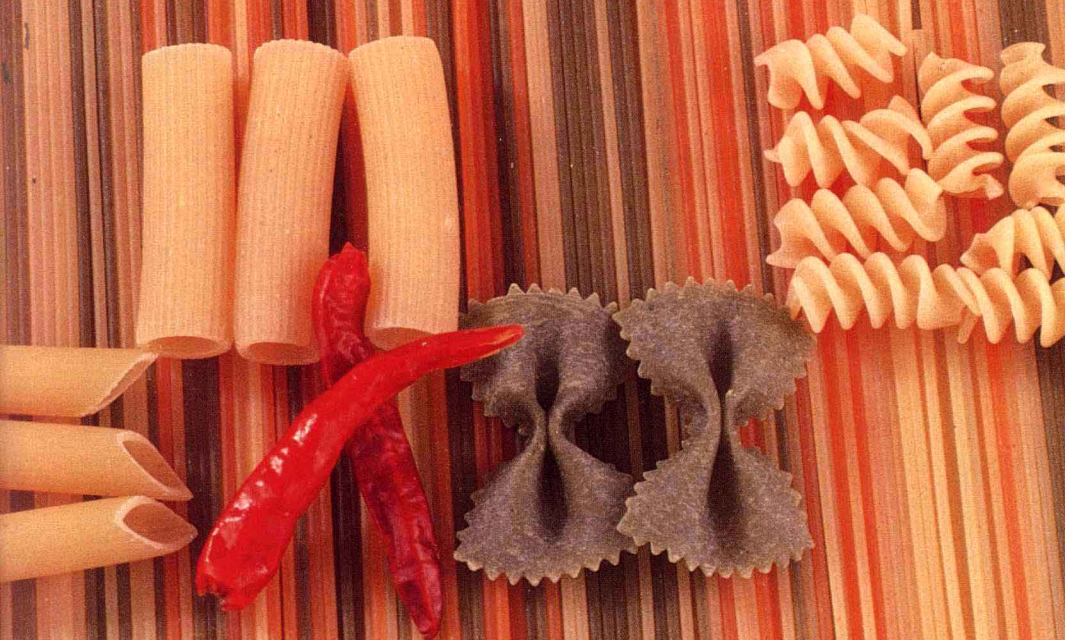
●商品によっては廃盤になることもありますので、
詳細は各ショップに直接お問い合わせ下さい。

パスタのはなし PASTA, PASTA, P

パスタ料理はイタリアで開花した
偉大な食文化ですが
その発展にはロング・パスタを
クル、クルッとからめるための
“フォーク”と、真っ赤な“トマト”が
欠かせなかったという、パスタのはなし



ASTA



パスタの起源

小麦をひいて粉にしたところに水を加えて練っただけのシンプルなものを“パスタ”と呼ぶなら、パスタは大昔からイタリアに限らず世界中で作られていました。そのためパスタの起源を調べてみても古代ローマ人が食べていたのが最初…という説があるかと思えば、マルコ・ポーロが中国から持ち帰ったのがはじまりだの、シチリアから伝わったのが…などなど、様々な説があってははっきりしたことはわかっていません。

そのパスタ。かつては食事の度に作っていたので生パスタが基本でした。料理や形状もはじめは生地を伸ばしてシート状（ラザーニャ）にしたものを焼いたり揚げたりして食べていましたが、次第に料理のし易さや食べ易さという点から棒状に伸して細長く切ること（ロング・パスタ）を思いつき、さらに手早く料理するために生地をちぎるだけのニョッキ（ショート・パスタ）が考案されました。

こうしてパスタのバリエーションは広がっていきましたが生パスタゆえ、保存がきかないという難点がありました。そこで、いったい、どうすれば保存のきくパスタが作れるのだろうか…?と考えると、乾燥パスタを思いついたのがアラビア人だといわれています。

乾燥パスタの誕生

当時貿易のためにシチリアー帯を行き来していたアラビア人は、船に食事用の小麦粉を

積んでいましたがその小麦粉が傷みやすいという悩みを抱えていました。そこであらかじめ積んでいる小麦粉をパスタ（生パスタ）にし、それを乾燥させたもの（乾燥パスタ）を食事に使えばいいのだということに気付き、乾燥パスタは誕生したのです。

トマトとフォーク

乾燥パスタの誕生以降、広がるパスタが食べられるようになったのは17世紀からで、その



19世紀のナポリの街
路上のパスタ屋で手づかみ
でパスタを食べる人々

PASTA, PASTA, PASTA

きっかけとなったのが「トマト」の登場です。トマトはその昔、チェリーほどの小さなもので食べると伝染病にかかる恐れられていたのですが、品種改良の末、ナポリでスパゲッティにトマト・ソースを合わせるという食べ方が考えられると、パスタと共に大ヒットしました。

こうしてパスタは庶民の食事として定着していきましたが、手づかみで食べる料理だったため宮廷の正餐で要人に振舞うわけにはい

きませんでした。そこで、パスタが食べ易いように「フォーク」が発明されたのです。

当時のフォークは歯が3本で歯先が長かったためパスタをからませるにも、口に運ぶにも不都合がありました。そのためナポリ王家に仕えていたスパダッチーニが歯先を短くした4本歯の使い易いフォークを考案し、正餐でもパスタをメニューに載せられるようになったといわれています。これらのことによってパスタは広まっていったのです。



Photo/UNIPHOTO PRESS

パスタいろいろ図鑑

パスタはロング・パスタ、ショート・パスタ、
エッグ・パスタの3つに分けられますが
その形・色・大きさは本当にいろいろ！

料理にあわせてパスタも使い分けてみたら
きっと新しい発見があるはず



Long Pasta

ロング・パスタ

ホールウィート スパゲッティ

全粒粉で作られた繊維質の多いパスタ。全粒粉のツブツブ感が残っているので、普通のスパゲッティとは一味違った風味と歯ごたえが楽しめる。

スパゲッティ スピナッチ

ほうれん草入りのスパゲッティ。パスタの色を生かすためにパスタ・ソースを白いクリーム・ソースにするなどして、色のコントラストを楽しむのもいい。

3カラー スパゲッティ

普通のスパゲッティにトマトやほうれん草で色をつけた鮮やかな色が特徴の3カラー パスタ。味は普通のスパゲッティとあまり変わらないので、ほとんどのパスタ・ソースと組み合わせられる。ペペロンチーノなど、色味の少ないパスタ料理に使うと、パスタの色が引き立ちそう。

スパゲッティ ペペロンチーニ

ピリッと辛い唐辛子とパブリカ入り。辛いもの好きにはたまらないパスタ。

スパゲッティ

スパゲッティの語源は『ひも』。デュラム小麦のセモリナ粉と良質の水で作られた、最もポピュラーなパスタ。直径が1.5mm~1.9mmのものがどんなパスタ・ソースとも合わせやすいので、よく使われている。