

～ マカロニのあべかわ ～



『あべかわ』とは、静岡県にある“安倍川”に由来しています

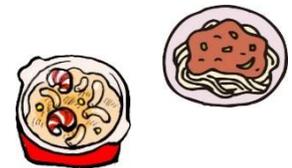
材 料	分 量 (幼児)		作 り 方
	1人分	5人分	
ツイストマカロニ	20g	100g	① マカロニはゆでて、水気を切っておく。 ② きな粉・砂糖・塩を混ぜておく。 ③ ②に①のマカロニを入れて、よく混ぜる。 ☆ツイストだと、きな粉が絡みやすいです
きな粉	7g	35g	
砂糖	4g	大さじ2	
塩	0.1g	0.5g	

～パスタの仲間「マカロニ」～



パスタには大きく分けて、ロングパスタに代表されるスパゲティとショートパスタに代表されるマカロニの2種類があります。その他にも、団子状のニョッキや板状のラザニア等、その種類はなんと600種類以上もあるといわれています。

ショートパスタには、チョウや貝殻などの様々な形があります。



『アル・デンテ』とは？

中心に針ほどの芯が残っている状態にゆで上げること

「アル・デンテ」の秘訣

～パスタをゆでるとき「ひとつまみの塩」を入れる理由～

パスタに含まれる『グルテン』というたんぱく質には、塩・酸・熱でかたまる性質があり、これが麺のおいしさのポイントである“コシ”に大きく関係しています。塩を入れると沸点（沸騰する温度）が上がるため、高い温度のお湯で手早くゆでることができ、食感よく仕上がります。

パスタをゆでるときに加える、この『ひとつまみの塩』が、パスタが一番おいしいといわれている『アル・デンテ』の状態にゆで上げるのに重要な役割を果たしているのです。



お子さんの咀嚼能力の発達に応じてゆで加減を調節してください

