

パステリア・ゴッツォ開発・監修

鹿行まぜスパ



スイートカクテルペッパーを始め、鹿行野菜をふんだんに使えるパスタを作るというコンセプトで開発された商品。肉みそとクリームソースがとても合うのでよく混ぜて食べるのがポイント。

〈神栖市 地産材料の特徴〉

茨城県産牛乳・・・茨城県の乳牛は県内産の牧草、飼料で育てられている。そのためいつでも安定した供給を保つことができる。

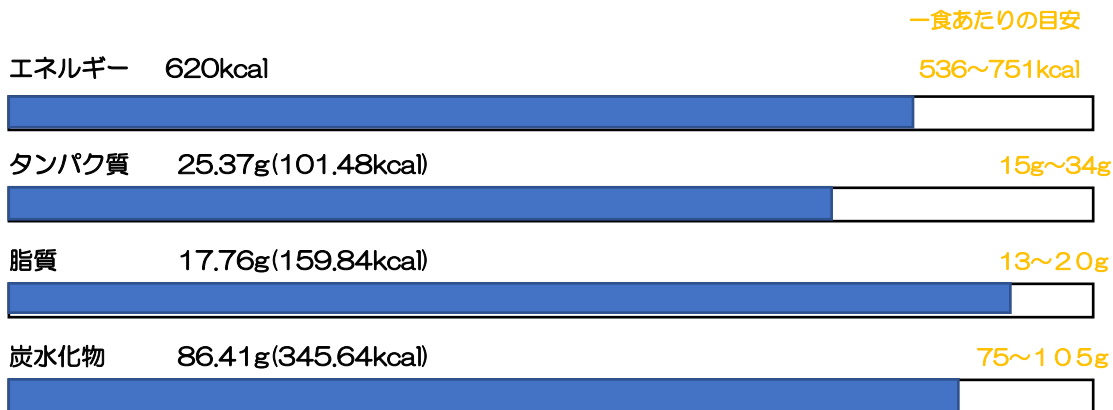
茨城県産小麦粉さとのそら・・・地産地消向けの小麦粉

神栖市産スイートカクテルペッパー(パプリカ)・・・苦みはなく食感も柔らかでとてもジューシー。加熱にも強い。

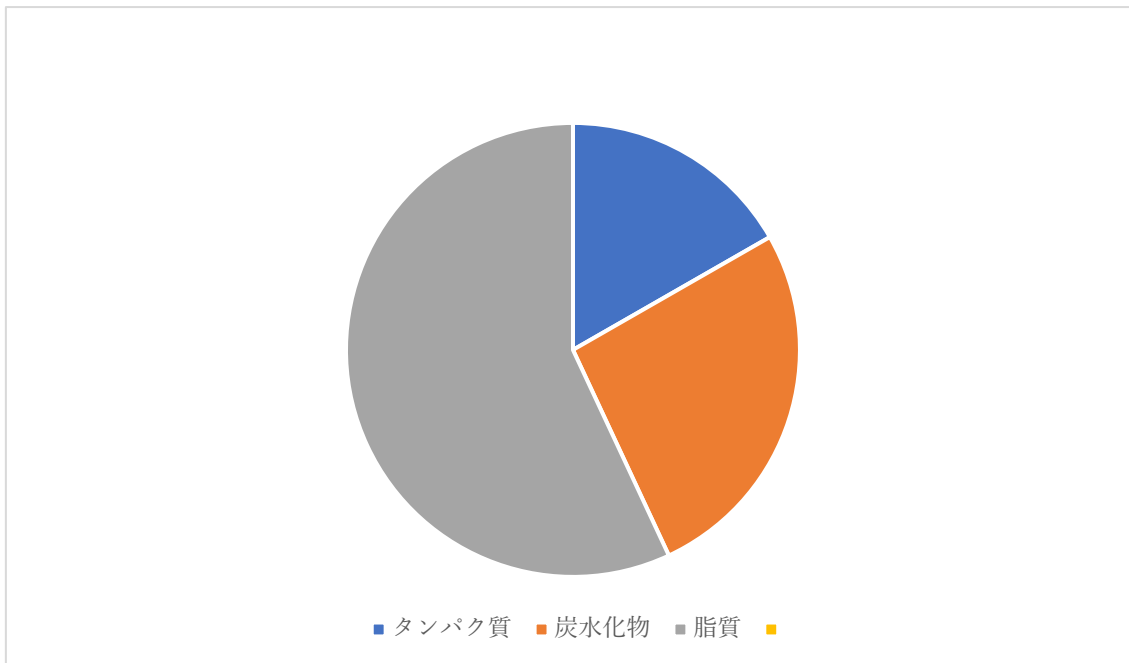
補足 スイートカクテルペッパーはもともとの味がとても甘いため、クリームソースのトッピングとして、加熱しても壊れにくい特徴がそのまま生かせる。高温での調理にも強くむしろさらに甘みが引き立つ。パプリカの味をより凝縮させて味わうことができる。彩りを重視しているが、女性に嬉しい美容効果や健康効果も見込めるのでそのあたりを重点的にアピールしていく。

ホワイトソーススパゲッティの栄養成分（1皿分 およそ 525.3g で計算）

一食あたりの目安：成人女性/体重 51kg/必要栄養量暫定値算出の基準カロリー 1800kcal/日



カロリー表示



ホワイトソーススパゲッティのカロリーは一皿およそ 525.3 g 計算で 620kcal のカロリー。炭水化物が多く 86.41g、そのうち糖質が 79.79g である。

ビタミン・ミネラルではビタミンKとセレンの成分が多い。今回は野菜をたくさん摂るのでビタミンCが追加される。セレンは抗酸化作用にすぐれており血栓症の予防にも役立つため、注目されている栄養素である。

作り方

材料（二人分）

- a スイートカクテルペッパー（3色）
 - a ピーマン
 - a 玉ねぎ
 - a しめじなどのきのこ類
 - a その他小松菜、チンゲン菜、白菜、さつまいも、長ネギなど鹿行野菜
- 生クリーム
牛乳
- b オリーブオイル
 - b にんにく
 - b 輪切りとうがらし
- 白ワイン
削り粉（魚粉）
粉チーズ
小ねぎ
パスタ（スパゲッティ）
肉みそ（一般的なレシピのもので可）

- ① bを中火にかけ、にんにくが色づいたらaの野菜をいため、塩コショウで軽く味をつける。
- ② 野菜に火が入りしんなりしたら、白ワインを軽く振り入れる。
- ③ 生クリーム、牛乳、パスタの茹で汁を入れたら少しに詰まるまで中火で火を入れる。
- ④ ゆであがったパスタを入れ、日にかけながら和える。
- ⑤ お皿に盛り、温めた肉みそをのせる。
- ⑥ トッピングで粉チーズ、小葱、削り粉をかける。

販売している場所

パステリア・ゴッツォ（pasteria gozzo）

茨城県鹿嶋市宮中 327-5

 0299-83-7006