

～パスタとハムのグラタン～

シンケンフレッカール

Schinkenfleckerl

時間：約 40 分 （2 人分）



材料：

パスタ	100 g
ハム	100 g
玉ねぎ	1/2 個
卵	2 個
サワークリーム	90 ml
生クリーム	50 ml
牛乳	50 ml
塩、コショウ	少々
ナツメグ	少々
パセリ	好みで
チーズ	100 g
パルメザン	大きじ 4
バター	少々
パン粉	大きじ 4

シンケンフレッカールとは、歴史が 300 年ほどある、歴史が長い、家庭料理でもよくでる料理です！ハムとチーズをたっぷり使った、美味しい料理です。

もともとは、余った食材を無駄にしないように、色々混ぜた食べ物なので、お好みで、野菜などを入れたりして、アレンジしてみてもいいです！

※オーストリアでは、「フレッカール」という、四角形の卵入りパスタを使います。代わりに、蝶々結びに見える「ファルファツレ」、貝に見える「コンキリエ」や、割れたパルデレなど、平らなのパスタが使えます。「フレッカール」というパスタは、オーストリアやチェコ（ボヘミア）の伝統的な料理に使われています。生地は、小麦粉、卵、塩、お水だけを使った、シンプルな生地です。

手順：

- ① パスタをゆでて、ゆであがったら、水を切ります。
- ② オーブン皿（3～5センチほどの高さがあるもの）にバターを塗って、パン粉でコーティングします。
- ③ 玉ねぎの皮をむいて、小さな采の目に切ります。バターを温めて、玉ねぎを透明になるまでにゆっくり炒めます。ハムも采の目に切って、一緒に炒めます。
- ④ 卵の黄身、サワークリーム、生クリーム、パセリとチーズを混ぜます。パスタと③を混ぜます。パセリは、全部入れずに、盛り付け用に少し残しておきます。
- ⑤ 塩、コショウ、ナツメグを少々、④に加えて混ぜます。
- ⑥ 卵の卵白を泡立てます。④に加えて、優しく混ぜます。
- ⑦ 180℃に予熱したオーブンで約 20 分焼きます。

（途中で様子を見て、焼き目が黒くなり過ぎたら、アルミ箔で覆います。）