



かぼちゃのニョッキ

～クリームソース～

材料：2人分 （26cmのフライパン）

<ニョッキ>

かぼちゃ-----1/8コ（200g）
 小麦粉（中力粉または強力粉）---100g
 塩-----小さじ1/6
 水（かぼちゃ用）-----大さじ1
 ゆで湯（水1ℓあたり塩小さじ1）

<クリームソース>

牛乳-----250ml
 パルメザンチーズ-----大さじ2
 ブルーチーズ-----25g
 小麦粉-----小さじ2
 塩-----少々

作り方：

- ニョッキを作る。
 - かぼちゃの皮と種を取り除いて2cm角に切り、耐熱ボウルに入れて水をかける。
 - ラップをかけ、レンジ（600w）に4分かける。
 - かぼちゃが熱いうちにめん棒などでつぶし、塩と粉を混ぜる。粗熱が取れたら、生地がしっとりするまで手で3～5分練る。はじめは水分が足りないようでも練っているうちに柔らかくなるので、できるだけ水は加えず、どうしても硬いようなら少量の水を加える。
 - 生地を丸めて4等分に切り、手粉をつけながら、それぞれ20cmほどにのばす。包丁で8等分に切り、真ん中を指で押してへこませる。他の生地も同様にする。
 - フライパンに水と塩を入れて沸かし、ニョッキを茹でる。3分ほどして浮き上がってきたらザルに取る。
- クリームソースを作る。
 - 牛乳と小麦粉を合わせて粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
 - ニョッキを茹でた湯を捨てて①を注ぐ。中火にかけてとろみがつくまで混ぜる。
 - チーズを入れて溶かす。
- クリームソースにニョッキを入れて、さっと和える。塩少々で味を調えたら出来上がり。