



トマトみょうがの 和風だしサラダ

生でも加熱しても美味～トマトレシピ①

トマトみょうがの和風だしサラダ

材 料 (2人分)

トマト……………2個
みょうが……………2個
大葉……………2枚
白ごま……………適量
★レモン汁……………大さじ1
★オリーブオイル…大さじ1
★砂糖……………小さじ2
★だし汁……………大さじ1
★だしパック(中身)…ひとつまみ
※本格・万能だしパック使用

- ① トマトはヘタを取り、一口サイズの乱切りにする。
- ② みょうがと大葉は千切りにする。
- ③ ボウルに★を合わせ①と②と白ごまを加えて、よく混ぜ合わせてできあがり♪

コツ・ポイント

- ★は味を見ながら好みの味に調整してください。
- 塩分があるとトマトから水分が出て水っぽくなるので、食べる直前に和えましょう。
- 和えたらあまり時間をおかず、フレッシュなおいしさを楽しむのがおすすめです。
- トマトはミニトマトにしてもおいしくお召し上がりいただけます。