



# 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

- ★は味を見ながらお好みの味に調えてください。
- 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くと、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てもおいしくお召し上がりいただけます。