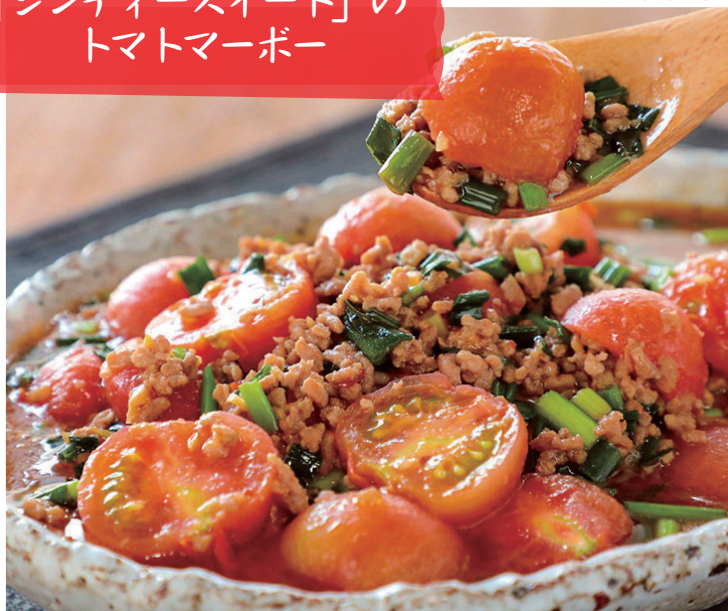


「シンディースイート」の トマトマーボー

トマトのレシピ



甘酸っぱくてうまみがたっぷり！

材料（4人分）

中玉トマト	12個	
小ネギ	1束	
ニンニク	1片	酒……………大さじ2
ショウガ	1かけ	しょうゆ……………大さじ3
ごま油	適量	A 砂糖……………大さじ2
豆板醤	小さじ1	中華スープの素……………小さじ2
豚ひき肉	200g	水……………大さじ2
水	……………大さじ2	
片栗粉	……………大さじ1	

作り方

- ① 中玉トマトを半分に切る。ニンニクとショウガはみじん切り、小ネギは2cmに切る。
- ② フライパンにゴマ油を熱してニンニク、ショウガ、豆板醤を加えて弱火で香りが出るまで炒める。
- ③ ひき肉を加え、(A)の調味料を全部加えてひき肉に火が通るまで炒める。
- ④ トマトと小ネギを加えてさっと混ぜ合わせる。
- ⑤ 片栗粉を水で溶いて加え、とろみが付いたら火を止める。

ポイント

辛いのがお好みの場合は豆板醤を増量してください。