

「王様トマト」の しらすレモンサラダ

トマトのレシピ



しらすオイルが食欲をそそる!
切って、あえて、のせるだけ!

材料(2人分)

「王様トマト」	1個(160g)
大葉	4枚
「しらす干し	30g
オリブオイル	大さじ1
A レモン汁	小さじ1
「おろしニンニク	少々
塩	適量
粗びき黒こしょう	適量

作り方

- ① 「王様トマト」は8等分の輪切りにする。
大葉は半分に切る。
- ② ボウルに【A】を合わせてあえる。
- ③ カットボードに(1)を交互に重ねて並べ、(2)をのせる。塩と粗びき黒こしょうをふる。

下ごしらえ

肉質がしっかりしていてゼリーがこぼれにくい「王様トマト」は、輪切りにしても切りやすく、崩れにくいのがポイントです。