

第115回 2015年6月23日(火)

せとまとくらの

トマトは いかが



2015/06/23



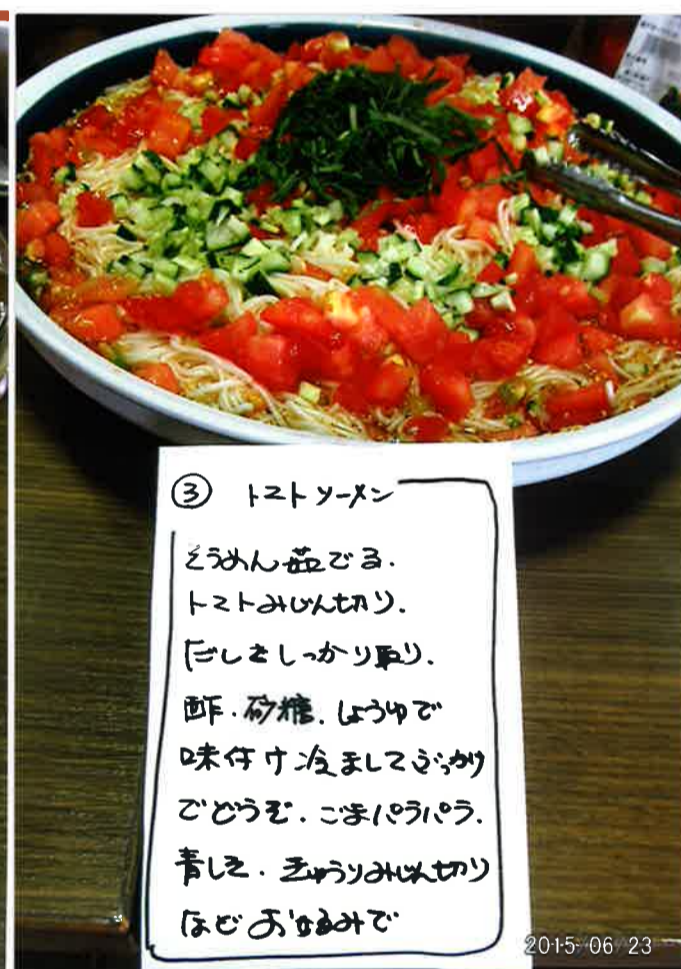
① トマトオードブル
 トマトスライス、玉ねぎのみじんぎりに
 切り、油、(玉ねぎのみじんぎりに
 炒め)、きゅうり、しょうが、
 塩、こしょうで、トマトの
 ドレッシングでどうぞ

2015/06/23



② アラカルトサラダ
 ミニトマトカット、スウィートピー
 カット、青豆のみじんぎりに
 酢、オリーブオイル、塩、こしょう
 100%の葉スライスして混ぜ
 て混ぜてどうぞ

2015/06/23



③ トマトソメン
 えびめん茹でる。
 トマトのみじんぎりに
 (玉ねぎのみじんぎりに
 酢、砂糖、しょうがで
 味付け冷まして混ぜ
 てください。こまごま、
 青じょうろのみじんぎりに
 混ぜあわせて

2015-06-23



④-1

いろいろなトマトの
 試食です。



④-2

いろいろなトマトの
 試食です。



本日使用した

材料です。