



トマトラーメン

1人前:約544kcal

●材料(2人分)

大玉トマト……………4個
トマト水煮缶……………200g
アスパラガス……………3本
中華麺……………2袋
鶏ガラスープの素……………大2
醤油……………大2
砂糖……………小1
パルメザンチーズ……………お好みで

●作り方

- ①トマト1個は一口大に切る。水煮トマトと合わせてミキサーで攪拌する。
- ②鍋に①と鶏ガラスープの素を入れ、醤油、砂糖で調味する。斜め切りにしたアスパラガスを加え、一煮立ちさせる。
- ③中華麺を茹でて器に盛り、②をかけてパルメザンチーズをふりかけ出来上がり。

ひとくちメモ

醤油の種類で味が変わります。レシピを参考にされてお好みの調味をされてください。

