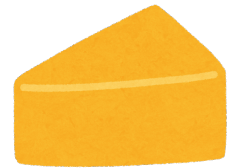


冷製トマトのパスタ



材料	2人分
トマト	中2個
玉ねぎ	小1 / 4個
ツナ缶	1缶 (70g程度)
プロセスチーズ	2~3個
塩	小さじ1 / 2
胡椒	適量
オリーブ油	大さじ2
スパゲッティ	2人分



《作り方》

1. トマトとチーズは1cm程度の角切りにする。
 2. 玉ねぎは粗みじん切りにし、辛味を取るため、水にさらしザルに上げ水気を切る。
 3. ボールにツナ缶の油を切らずに入れ、①と②を混ぜ合わせる。
 4. 塩と胡椒で味を調べ、風味にオリーブ油を加える。
 5. ④を冷蔵庫でよく冷やす。
 6. スパゲッティを茹で、ザルに上げ流水で冷やし水気を切る。
※冷やすと麺がしめるため少しやわらかめに茹でる。
 7. スパゲッティの上によく冷えた⑤をかけて出来上がり。
味が薄いようならば、塩、胡椒で調整する。
- ★冷蔵庫にあれば、彩りや風味に大葉や小葱、バジルの葉などを飾れば、見た目にも鮮やかに食が進みます。
- ★そうめんでも美味しく召し上がれます。

