



7/5(金)

ゆず梅トマトそうめん (YUMIKO さん)

(材料2人分)

ミニトマト：1/2パック分ほど

きゅうり：1/4本

塩：きゅうりの重量の1%

梅干し（しそ漬）：2粒

かつお節（細削り）：適量

A チョーコ醤油

ノンオイルゆずドレッシング：大さじ2～

そうめん：1束

B 塩（焼き塩）：少々

お好みでオリーブ油：小さじ1

- ① トマトは4等分する。きゅうりは干切りにして、塩を振り、しんなりさせた後しっかりしぼる。
- ② 梅干しは種を取り、（あればしそも一緒に）包丁で細かくたたく。
- ③ ボウルに②の梅干しと A を加え、①のトマトときゅうりも加えてよく和える。
- ④ そうめんを表示通りに茹で、茹で上がったら B をまぶし、薄く下味をつける。
- ⑤ 器に④のそうめんを盛り、上に③を盛り付ける。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。