

# トマトde健康レシピコンテスト

## 結果発表!

### トマトde健康オムライス部門

金

金賞



トマト隊長の元気チャージ!  
オムライス  
小柳 桜さん

銀

銀賞



～丸ごとブロッコリー!?～  
<スパイス香る>カラフルオムライス  
鈴木 萌加さん

銅

銅賞



まごが大喜び!  
かめさんオムライス  
向井 厚子さん

入賞



トマト缶を使った濃厚トマト豆乳ソースの  
おめかしドレスアップオムライス  
山口 夏実さん

入賞



あんかけのお風呂に浸かったカラフルオムライス  
～美味しすぎてのぼせちゃう!～  
池原 凜奈さん

### 親子deトマト給食部門

優秀賞

優秀賞



トマ豚じるうどん  
加木屋南小学校 5年  
安江 巧隼さん

入賞

入賞



トマトのあんかけパーティー  
横須賀小学校 5年  
森本 悠雅さん

入賞

入賞



ばくだんトマトカレー  
加木屋南小学校 3年  
松本 勇志さん

たくさんのご応募ありがとうございました!!

# 11月8日のトマトメニュー



## トマトチーズグラタン



### 材料(4人分)

	合い挽き肉	120g
	たまねぎ(2cmの薄切り)	120g
	にんじん(短めの千切り)	40g
	マッシュルーム缶	40g
	にんにく(みじん切り)	0.4g
A	洋風スープの素	4g
	トマト缶	120g
	ケチャップ	20g
	デミグラスソース	20g
	水	120g
	塩こしょう	適量
	マカロニ(茹でておく)	80g
	サラダチーズ	20g
	パン粉	適量
	サラダ油	12g

### 作り方

1. 合い挽き肉を炒め、色が変わったら野菜を加えて炒める。
2. 1にAを加えて煮込む。  
塩こしょうで味を調べ、マカロニとサラダチーズを加える。
3. 耐熱皿に2を入れてパン粉をのせ、上からサラダ油をかけて焦げ目がつくまでオーブンで焼く。

トマトメニューはクックパッドの東海市公式キッチンからご覧いただけます。  
[東海市の公式キッチン【クックパッド】簡単おいしいみんなのレシピが389万品 \(cookpad.com\)](https://cookpad.com)

