

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



ベーコンとじゃがいものトマトクリーム煮



マカロニやえび、ブロッコリーを入れても美味しいです。

材料(4人分)

ベーコン40g
玉ねぎ140g
にんじん 40g
じゃがいも100g
にんにく1片
菜種油適量
トマト缶 (ダイス)120g
牛乳40g
生クリーム16g
ホワイトルウ 20g
塩・こしょう少々
ローリエ少々
洋風だし小さじ1
鶏ガラスープ250g

作り方

- ① ベーコンは1.5cm幅に切る。玉ねぎは薄切り、にんじんはいちょう切り、じゃがいもはさいの目切り、にんにくはおろしておく。
- ② 鍋に油をしき、にんにく、玉ねぎ、にんじん、ベーコンを入れて炒め、少量の塩、こしょう、ローリエをふり入れてさらに炒める。
- ③ しんなりしてきたら、鶏ガラスープ、じゃがいもを加えやわらかくなるまでアクとりをしながら煮る。
- ④ トマト缶、洋風だしなどの調味料を入れて煮込み、牛乳、ルウを加え、とろみが出るまで煮込む。
- ⑤ 生クリームを加え、塩で味を調えたら完成。

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)

