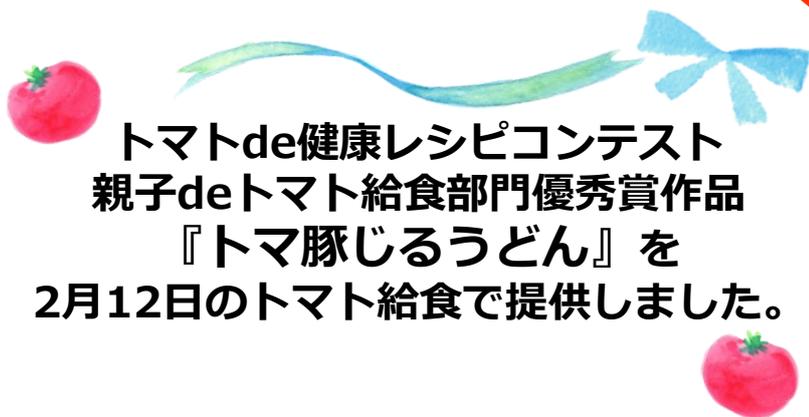


「トマト新聞 3月号」 保育園版



トマトde健康レシピコンテスト
親子deトマト給食部門優秀賞作品
『トマ豚じるうどん』を
2月12日のトマト給食で提供しました。

やすえ たくと

当日、加木屋南小学校では、考案者である安江巧隼さんと一緒に市長、教育長、カゴメ株式会社名古屋支店長が給食をいただきました♪



花田市長
「みそとトマトがマッチしておいしかった。」

伊藤支店長
「豚とトマトの相性がいい。すごくよく考えられたレシピ」

3月10日のトマトメニュー 「トマトクリームスパゲティー」



材料 4人分

スパゲティー …4人分(目安300～400g)	サラダ油 …… 大さじ1
卵 ……………1個	トマトソース … 300g
ベーコン …… 4枚(5mm幅に切る)	牛乳 ……………180ml
ほうれん草 ……1束	生クリーム ……大さじ2
玉葱………… 中1個(1cmの薄切り)	塩・こしょう ……適宜

作り方

- ① ほうれん草は茹でて2cmの長さに切る。卵で炒り卵をつくる。
- ② フライパンにサラダ油をひき、ベーコンと玉葱を入れて炒め、火が通ったら①のほうれん草を炒め合わせる。
- ③ 鍋にトマトソースと牛乳を入れて煮立て、生クリームを加えたら、塩・こしょうで味をととのえ、ソースを作る。
- ④ 茹で上がったスパゲティーと②を和えて器に盛り、③のソースをかけ、上に炒り卵をのせる。



具材をエビや鶏肉を加えてボリュームアップしたり、ブロッコリーやきのこ類などの食材を加えても美味しいです。お好みの食材でアレンジしてみてください！

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もご覧いただけます。
[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 \(cookpad.com\)](http://cookpad.com)