

トマト給食コンテスト 結果発表！

優秀賞

トマト甘酢唐揚げ
三ツ池小学校 4年
島崎 心香さん



入賞 トマト味噌煮込みうどん
上野中学校 2年
尾野田 空さん



入賞 トマト入りれんこんと豚肉の
彩り甘辛炒め
名和中学校 2年
榊原 和里さん



入賞

トマト担々麺
加木屋小学校 4年
濱野 帆奈美さん



入賞

ジャガイモと豚肉のトマト煮
渡内小学校 4年
高井 紗菜さん



トマたま肉みそ
富木島中学校 3年
八木 音羽さん



11月10日のトマトメニュー



ミートボールのトマト煮込み



材料(4人分)

ミートボール……………5個×4
※今回は既製品を使用しました
生トマト……………1個(1cm角切り)
玉ねぎ……………1個(みじん切り)
グリンピース(冷凍) ……12g

A { 洋風スープの素……………1個
水……………100ml～
トマトカット缶……………100ml
トマトピューレ……………大さじ2
トマトケチャップ……………大さじ2
ウスターソース……………大さじ1強
塩・胡椒……………適宜
サラダ油……………適宜

作り方

- ① 鍋にサラダ油を熱し、焦がさないように玉ねぎを炒める。
- ② ①に調味料(A)を入れて一煮立ちさせたら、ミートボールを加えて、とろりとなるまでふたをして、中火で煮込む。
生トマト、グリンピースを加えてさらに煮込み、最後に塩、胡椒で味を調える。

玉ねぎと一緒に、食べやすい大きさに切ったきのこやじゃが芋などを加えてもおいしい。
パンに千切りキャベツをはさんで、ミートボールをのせてもGOOD！
残ったソースはごはんを加えて、ケチャップライスにリメイク♪

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)

