

トマトから始まる健康づくり

トマトde健康フェスティバル

7月1日・8月31日

トマト料理・トマトスイーツを食べてスタンプをもらおう!

トマトも味わい尽くそう!

スタンプ4個集めたら Wチャンス! 抽選で

オリジナル傘 もらえちゃおう!

トマトジュース 1年分を5名様に プレゼント!

カゴメ製品詰め合わせセット (2,500円相当)を50名様に

今年も実施! トマトde健康 フェスティバル

景品交換場所

しあわせ村(健康推進課)

平日 午前8時30分から午後5時15分まで
土日祝日は交換不可

商工センター(東海商工会議所)

平日 午前9時から午後5時まで
土日祝日は交換不可

観光物産プラザ(まちづくり東海)

平日 午前10時から午後7時まで
土日祝 午前9時から午後7時まで
休館日は、毎月第2火曜日

スタンプラリー達成者は、スタンプを集めた台紙を交換場所に持参してオリジナル傘と交換してください。

引き換え期間は、7月1日(木)から9月10日(金)までですが無くなり次第終了となります。

参加店舗は、6月下旬に東海市HPに掲載します!

6月10日のトマトメニュー

「ミートボールのトマト煮」



【作り方】

- 鍋にサラダ油をしき、(焦がさないように)玉ねぎを炒める。
- 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、とろりとなるまで中火で煮込み、生トマト、グリーンピースを加えて塩、胡椒で味を調える。

【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
グリーンピース(冷凍)	12g
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

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♪

