

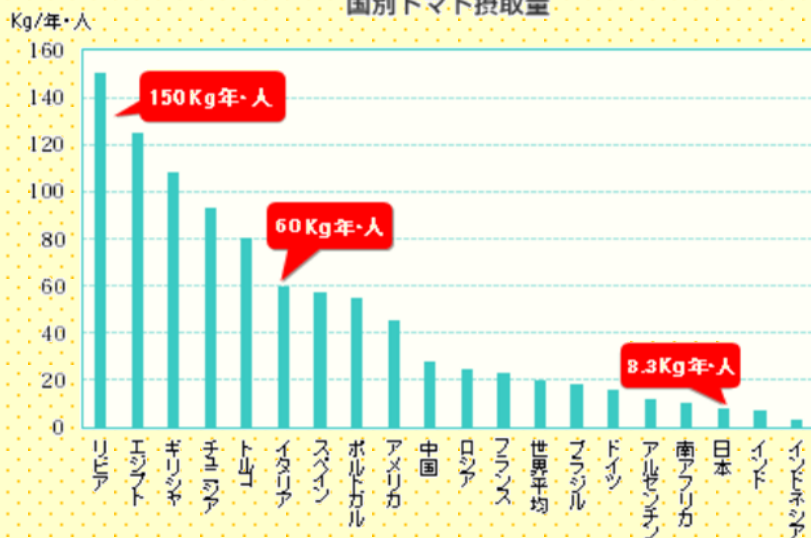
## 『トマトジュースのでる蛇口？』



10月10日『トマトジュースのでる“蛇口”』が登場しました。これは、「東海市トマトで健康づくり条例」で「トマトジュースで乾杯」について制定されたことを記念し、カゴメが東海市に寄付したものです。この蛇口には、「水のようにゴクゴクとトマトジュースを飲んでほしい」という願いが込められています。今後、11月10日と12月10日の「トマトの日」に市役所で、また東海秋まつりにも蛇口が登場し、無料でトマトジュースが提供される予定です。



## 『世界で一番トマトを食べるのはどの国？』



1年間に1人が食べるトマトの摂取量の世界平均は約20kg。それに比べ、日本人1人あたりのトマト摂取量は8.3kg、1日プチトマト2個程度と、非常に少ないんだよ。もっとトマトをたくさん食べようね。

【出典：FAO Food Balance Sheets】



## 11/10 (月) のトマトメニュー「トマトのハヤシライス」



### 【材料】4人分

豚こま切れ肉……60g にんじん……1/4本  
玉ねぎ……1個 じゃが芋……1個  
グリーンピース (缶) ……20g ハヤシルウ……2人分  
トマトソース……1缶 水……400cc  
サラダ油……大さじ1

### 【作り方】

- ①にんじんはいちょう切り、玉ねぎは薄切り、じゃがいもは1cm角に切る。
- ②鍋に油を熱し、豚肉をほぐし炒め、にんじん、玉ねぎ、じゃが芋を加え、炒める。
- ③水を加えて沸騰したらアクを取り、トマトソースを加える。
- ④ハヤシルウを溶かし、グリーンピースを加えて仕上げる。

トマトソースを使うことでハヤシルウが半分に！あっさりトマト味のハヤシライスです。