

世界のトマト料理



イタリア



【ポモドーロパスタ】

「ポモドーロ」とは、イタリア語で「トマト」という意味です。

ロシア



【ボルシチ】

体があつたまる野菜たっぷりのトマトシチュー♪

アメリカ



【ポークビーンズ】

白インゲン豆と豚肉のトマト煮込み。

スペイン



【パエリア】

たっぷりの具にサフランとトマトを加えた洋風炊き込みごはん♪

中国



【トマトの卵炒め】

上海の家庭では、週に二度は食卓に出るほどの人気メニュー！

ブラジル



【ムケッカ】

魚介類と野菜のココナッツ風味のトマト煮込み。

12月10日のトマトメニュー 「鶏肉と大豆のトマト煮」

【材料】4人分

鶏もも肉…80g 大豆（水煮）…35g 人参…1/3本 玉ねぎ…1個 ジャがいも…1/2 個
グリーンピース…大さじ1 カットトマト…50g トマトケチャップ…40g
ウスターソース…小さじ2 しょうゆ…小さじ1/2 砂糖…小さじ1/2 洋風だし…小さじ1/2
塩こしょう…少々 水…200ml サラダ油…適量



【作り方】

- ①鶏肉は一口大に切る。玉ねぎは薄切りに、人参とジャがいもは1cm角に切る。
- ②フライパンにサラダ油を熱し鶏肉を炒め、色が変わったら人参、玉ねぎを加えて炒める。
- ③塩・こしょうをしてさらに炒め、水、大豆、ジャがいもを加えて火が通るまで煮る。
- ④カットトマト缶、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、洋風だしを加えて煮込む。
- ⑤グリーンピースを加えてさっと火を通す。

彩り豊かで、たくさんの野菜と豆が入ったヘルシーメニューです♪

① トマトレシピコンテスト開催

10月25日、東海市制45周年イベントとして、「市民トマトde健康レシピコンテスト」が開催されました。本コンテストは、「健康メニュー部門」へ98メニュー、「健康オムライス部門」へ18メニューがエントリーされ、その中から選出された、各部門5メニュー・計10名によって決勝戦が開催されました。各部門の入賞作品をご紹介します。 ※レシピは、市のホームページで紹介しています。

メニュー部門 健康	👑 金賞	銀賞	銅賞	入賞	入賞
					
	トマトのエスニックドーム ヨーグルトソースがけ	トマトde 豚しょうが焼き	とろーりチーズの トマト餃子	ココロコ 野菜フライ	和〜♪簡単！ トマトときのこの とろみせば
	👑 金賞	銀賞	銅賞	入賞	入賞
					
旨みと酸味がたまらない トマキムオムライス	まるごとトマトde オムライス	和風玉手箱オムライス フレッシュトマトソース添え	お宝オムライス	オムライス革命！ 〜シメはだしをかけて〜	

② トマトスイーツフェスティバル開催！！

「トマトを、おいしく、楽しく」をテーマに、10月25日、しあわせ村にて「トマトスイーツフェスティバル」が開催されました。市内に店舗を構える10店のお店が開発した、10種類のオリジナルトマトスイーツを、木管アンサンブルの演奏の中、約400名の方が味わい、トマトとスイーツの相性の良さ・美味しさを体験しました。

<p>①完熟トマトの ミルフィーユ 【アベニール】</p>  <p>トマトを練り込んだ パイを使った ミルフィーユです。 中に苺とトマトを サンドしました。</p>	<p>②トマトリゾット のデザート 【お菓子の店マリエ】</p>  <p>ホワイトチョコのムース の中はイタリアン風リ ゾット！トッピングはト マトジュレのユニークな さわやかなケーキです。</p>	<p>③モアナ 【セリュリエ】</p>  <p>トマトとフランボワ ズのムースにチョコク リーム入りのタルト です。</p>	<p>④トマトと苺の モンブラン 【フラーズ】</p>  <p>チョコレートのロール ケーキの上には苺ク リーム、そして、トマ トのクリームをモンブ ラン風に仕上げました。</p>	<p>⑤赤い果実と トマトのスイーツ 【ラ・パティスリー・ ジュシュ】</p>  <p>苺、フランボワーズ、 ドラゴンフルーツを使 い、トマトと組み合わ せ作った食べやすいト マトスイーツです。</p>
<p>⑥トマトのスフレ チーズケーキ 【ラ・パレット・ オム・テツ】</p>  <p>トマトとチーズのふ わふわスフレチーズ ケーキです。</p>	<p>①とまと大福 【井桁屋菓子舗】</p>  <p>フワフワなクリー ミーな生地です。中 はつぶあんです。</p>	<p>②トマト 揚げえびせん 【音羽屋】</p>  <p>素揚げのえびせんべ いをトマトで風味付 けしました。</p>	<p>③もっちりよまと風 味あん豆ふ 【大松屋製菓】</p>  <p>水ようかんよりもっ ちり。クリームチーズあ んと豆腐とトマトと ふの三層仕立てです。</p>	<p>④トマトわらび餅 【桃園園】</p>  <p>トマトあんをわらびも ちで包み、きなこをま ぶしました。</p>