



## <トマトとツナの冷製パスタ>

(材料)1人分

- フルーツトマト 5個
- ツナ 適量
- パスタ(カッペリーニ) 80g
- ニンニク 1/2片
- 唐辛子 少量
- オリーブオイル 50cc
- トマトジュース 50cc
- 塩、胡椒 適量
- バジルの葉 2枚



(作り方)

- ① トマトを湯剥きするために鍋にお湯を沸かす。  
トマトのヘタを外し、裏側に十字に切れ目を入れ、沸いたお湯につけ、皮がめくれてきたら、お湯から上げ水で冷まし、皮を剥ぎ、トマトを横半分に割り、種を取り除き塩をふり、しばらくそのまましておく。
- ② ニンニクを粗めのミジン切りにし、オリーブオイルと唐辛子と一緒に鍋に入れ弱火にかけ、そのまましばらく熱する。
  - ① のトマトをざく切りにしてボールに入れる、熱したオイルをトマトに一気にかけてそのまま冷やす。
- ③ パスタ鍋にたっぷりの水と塩を適量入れ沸かす。沸いたらパスタを入れる。そのままオーバーボイルし水で冷やし、良く水分を切る。
- ④ ②に③で冷ましたパスタを入れてトマトジュースを入れ、塩、胡椒で味を調え、皿に盛り、上にバジルを刻み乗せて完成。

