



## 5/26(火) ツナトマトそうめん



(材料)

中嶋屋本店

A { まぐろ削り粉：小さじ 1/2

A { 焼きアゴ微粉：小さじ 1/2

A { 昆布微粉：小さじ 1/2

そうめん：2束

ミニトマト：10個

きゅうり：1/2本

B { ツナ：大さじ 2~3

B { うすくち醤油：大さじ 1

B { EXV.オリーブオイル：大さじ 2

大葉：4枚

レモン(くし切り)：2切れ

- ① ミニトマトは4つ割り程度に切り、きゅうりは粗みじん切り、大葉は細切りにしておく。
- ② ボウルにトマト、きゅうり、A、Bを入れて混ぜる。
- ③ そうめんを2分ほど茹でて冷水にとり、水気を切って②に加え、混ぜ合わせる。
- ④ 皿に盛り、大葉を飾り、レモンを添える。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター(3階と地下1階)に置いてあります。  
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。