



※写真はイメージです。

レモンでさっぱり♪

もずくとトマトのさっぱりスープ

材 料 (5人分)

A	かつお節	15g
	水	4カップ
B	塩	小さじ1/3~1/2
	しょうゆ	少々
	ポッカレモン100	大さじ1
	もずく	100g
	トマト(100gのもの)	1個
	小ねぎ	1本

作り方

1. Aの水を沸騰させ、かつお節を入れて弱火で2分位煮て、火を止め、蓋をして1分位蒸らして濾す。
2. もずくはサッと洗ってザルにあげる。長いものは2~3等分に切る。
3. トマトは1.5cm角に切る。
4. 小ねぎを小口切りにする。
5. 1の出汁を鍋に入れて、Bを加えて、2のもずくと3のトマトを入れひと煮立ちさせる。味をみて整え、ボウルにうつし、氷水に浮かべて冷やす。
6. 仕上げに「ポッカレモン100」を加えて、器にそそぎ小ねぎをちらす。