

用 * ひ * 月 * り * 月

トマトと豆腐のサラダ

<材料> 子ども2人と大人2人分

A	トマト	1.5個
	オクラ	6本
	玉葱	1/5玉
	大葉	3枚
	豆腐	1/3丁
	塩	小さじ1/4
	砂糖	小さじ1/3
	オリーブオイル	小さじ2
	酢	小さじ1と1/2
	鰹節	適量

<作り方>

1. 豆腐は、水切りをして、さいの目に切っておく。
2. トマトは、さいの目に切る。
3. 玉葱は、スライスして、水にさらしておく。
4. オクラは、さっと茹でて、厚めの小口切りにする。
5. 大葉は千切りにする。
6. Aを混ぜ合わせておく。
7. 1～3の材料の水気を切ってから、他の材料と混ぜ合わせ、Aと鰹節で和えて出来上がり！

