



野菜を食べよう! ~うどん県。うどんだけじゃなく、野菜もね♪~

# カプレーゼ風サラダ



## 材料 (2人分)

トマト	2個
豆腐	1/4丁
オリーブオイル	大さじ1
塩・こしょう	各少々
刻みパセリ	少々



## 作り方

- ① トマトはへたをとり輪切りにする。  
豆腐は5mm程度に薄く切る。
- ② 皿にトマトと豆腐を交互に並べる。
- ③ オリーブオイルをかけ、塩、こしょうをふる。  
最後に刻みパセリをふる。

\*豆腐のかわりにモッツアレラチーズ、パセリの代わりにバジルを使うと本格的になります。

\*こしょうは、あれば粗引き黒こしょうがおすすめ。

\*アボカド、きゅうり、青しそと一緒に並べたり、市販のドレッシングで味付けしてもよいでしょう。