



簡単お手軽調理で
暑い夏を
乗り切りましょう!



トマトの主な産地
白子町、一宮町、八街市、
富里市、銚子市、旭市
*ミニトマトの主な産地ではありません。

ミニトマトと しその冷製パスタ

トマトの酸味としその香りが食欲をそそります♪

材料(2人分)

- パスタ (14mm) 160g
- ミニトマト 10個
- しそ 10枚
- めんつゆ(3倍濃縮) 大さじ2
- オリーブオイル 大さじ2
- にんにく 1かけ
- 塩 お湯に対して1% (今回は20g)
- 黒こしょう 適量

つくり方

- ① 2ℓの湯を沸かし、塩を入れて、パスタを表示より1分くらい長めにゆでる。
- ② ゆでている間に、ボウルに小さく切ったミニトマト、刻んだしそ、めんつゆ、オリーブオイル、にんにくのすりおろし、黒こしょうを入れてあえておく。
- ③ パスタがゆであがったら冷水に取り、ざるに上げてしっかり水気を切り、②のボウルに入れて具とからませる。

ウェブサイト「教えてちばの恵み」では「ちばの食材」を使ったレシピを多数掲載しています。
<https://www.pref.chiba.lg.jp/ryuhan/pbmgm/index.html>



教えてちばの恵み

ドク太&ナーピーのまちがい探し

オリジナルグッズは
メモ帳&クリアファイル

正解者の中から抽選で5名様に
ドク太&ナーピーのグッズをプレゼント!

5つのちがいを
見つけてピッ!



左右の絵で違っている箇所が5箇所あります。左下のブロックに当てはめ、記号でお答えください。



A	B	C	D
E	F	G	H
I	J	K	L

83号 テーマ採用・まちがい探し当選者
浦安市 H.T. 様 / 千葉市 T.T. 様 / 船橋市 カントク様 /
市川市 ハナ様 / 市原市 Y.I. 様 / 流山市 ゆつき一様 他1名様
おめでとうございます!

ご応募
ありがとうございました

前号の答え A・D・F・K・L