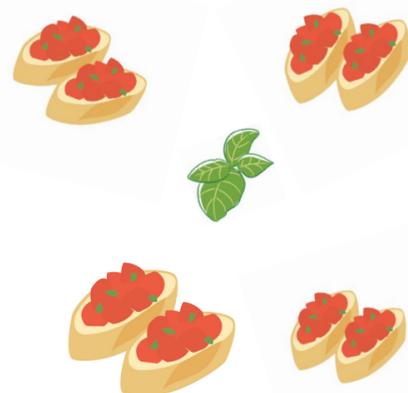
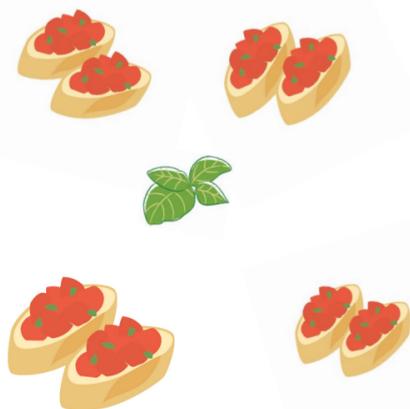


ブルスケッタのトマトバジルソース

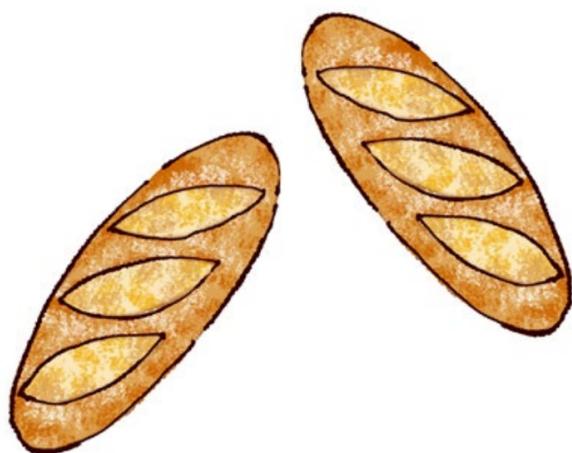


材料 2人分

| | | |
|--------|------|----------|
| フランスパン | 80g | 4切れ |
| トマト | 40g | さいの目切り |
| バジル生 | 0.2g | みじん切り |
| 玉ねぎ | 10g | みじん切り |
| 塩こうじ | 6g | 小さじ1と1/2 |
| オリーブ油 | 4g | 小さじ1 |
| 黒こしょう | 少々 | |



調理手順



- ① トマトは湯むきにしてさいの目にする
- ② 玉ねぎはみじん切りにして水にさらす
- ③ 全ての材料を混ぜて、焼いたフランスパンに乗せて食べる

☆トマトは湯むきにしなくても作れます
☆生バジルではなくてパセリや粉バジルを
使っても作れます

☆塩こうじだけで味をつけるので
とても優しい味です

