

トマト



真っ赤に熟したトマトは香りが強く、ほど良い酸味と甘味があります。トマトを使ったラーメンや鍋、お酒やケーキなども登場しています。



お料理ママさん

使ったのは
この商品!



※写真はイメージです。

鶏肉とトマトの塩ちゃんこ鍋

調理時間
20分

1人分
274kcal

鶏肉とトマトの塩ちゃんこ鍋

調理時間

20分

1人分

274kcal

【材料/4人前】

鶏もも肉	1枚
白菜	1/4個
トマト	2個
長ねぎ	1本
エリンギ	1パック
ミツカン 地鶏塩ちゃんこ鍋つゆストレート	1袋
〈オススメの〆〉	
中華めん(生)	1玉

【作り方】

- ①具材はそれぞれ食べやすい大きさに切り分ける。
- ②鍋に「ミツカン 地鶏塩ちゃんこ鍋つゆストレート」をよくふってから入れ、火をつける。沸騰したら①を入れて煮込む。

〈オススメの〆〉

スープに中華めんを入れていただく。