

『タコとトマトのイタリアン風ぶっかけそうめん』

材料(2人分)

タコぶつ切り	100g
トマト	大1個
バジル	適量
塩・こしょう	適量
オリーブオイル	大さじ1~2
半田そうめん	2束
お好みのそうめんつゆ	適量



作り方

- ① トマトの先に包丁で十字で切れ目を入れ、熱湯でさっと茹で冷水に浸けて湯剥きをする。湯剥きしたトマトを1cm角に切っておく。バジルは手で千切っておく。
- ② ボウルにタコとトマト、バジルを入れ、塩・コショウをし、オリーブオイルを加えてサッと混ぜて、冷蔵庫に入れておく。
- ③ 茹でて氷水で冷やしたそうめんを器に盛り、冷やした②のソースをかけ、めんつゆを注ぎ出来上がり！