

トマトとわかめの甘酢漬け ～ 常備菜に！さっぱり味の甘酢漬け ～



1人分 16kcal たんぱく質 0.6g
脂質 0.1g 塩分 0.4g

材 料（4人分）

トマト	200g	
カットわかめ（乾燥）	4g	
A	水	100cc
	しょうゆ	小さじ2（12g）
	酢	小さじ2（10g）
	はちみつ	大さじ1/2（10g）

作り方

1. トマトは2センチ角に切る。
カットわかめはたっぷりの水でもどし、大きいものは2センチ長さに切る。
2. ボウルにAを混ぜ合わせ、①のトマトと水気をしぼったわかめを和え、器に盛り付ける。