

きしめん

夏

## トマトの冷製生パスタ♪コンソメジュレのせ

- きしめんは、ツルツルとのおどろしがよくもちりとした食感が特長。
- もちもちのきしめんは、生パスタ～フィットチーネレシピとしても大活躍。
- ヒンヤリ冷たい真赤なトマトスープに野菜や生ハムを散らして、彩りも鮮やか。
- キラキラのコンソメジュレがパーティメニューにもピッタリ。

### ジュレを使った夏のヒンヤリ涼しいおもてなしレシピ



▼使用商品▼  
きしめん

#### ▼材料▼ (2人分)

1食あたり 462kcal

材料名	分量	カロリー
きしめん(麺のみ) 2食	360g	720
おくら 3本	30g	9
ミニトマト 2個	30g	8
生ハム 6枚	30g	74
プロセスチーズ	20g	68
▼コンソメジュレ		
粉ゼラチン 1/2袋	2.5g	9
コンソキューブ 1/2個	2.7g	6
お湯	100ml	-
▼スープ		
トマトジュース	100ml	17
お湯	200ml	-
コンソメキューブ 1個	5.3g	12

#### ▼作り方▼

参考調理時間 20分

①	大1の水でふやかしたゼラチンをお湯・コンソメと一緒に溶かし、冷蔵庫で冷し固める。
②	スープ用のお湯にコンソメを入れて溶かした後、トマトジュースも加えて冷蔵庫で冷やす。
③	おくらはさっとゆでて薄切りに、ミニトマトは半分になり、チーズは5mm程度の角切りにしておく。
④	ふっとうしたお湯で麺を <b>1分半程</b> ゆで、湯切りして水で洗い、水気をきってから器に盛りつける。
⑤	冷やし固まったコンソメジュレをフォークで細かくし、麺の上に具と一緒に盛り付ける。
⑥	冷えたスープを麺のまわりに注いで出来上がり。
※調理時間にジュレを固める時間は含みません	