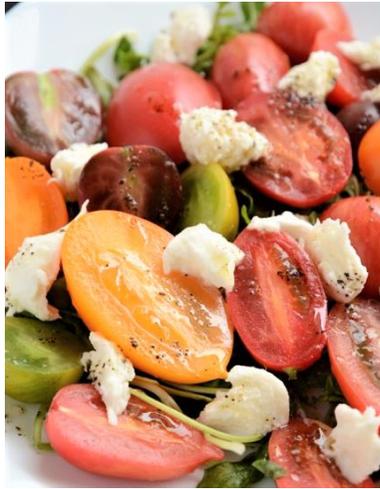


湘南ポモロンとモッツアレラのサラダ



材料 (2人分)

- | | |
|----------------|----------------|
| ・湘南ポモロン 赤・黄各3個 | ・EXバージンオイル 大匙2 |
| ・モッツアレラチーズ 50g | ・塩、コショウ 適宜 |
| ・ルッコラ 50g | |
| ・ワインビネガー 小匙2 | |

作り方

- ① トマトはヘタを取り、縦半分に切る ルッコラは食べやすい大きさにちぎり、モッツアレラチーズは1cmほどに切る
- ② ワインビネガー、EXバージンオイル、塩、コショウを混ぜてドレッシングを作る
- ③ お皿にちぎったルッコラを敷き、トマトをモッツアレラを盛りつけ、ドレッシングをかけて完成

ここがポイント👉

旨味の強さが味わえるレシピ

出典引用 : <http://noupro.jp/shounan-pomoron>

湘南ポモロンの冷たいおでん



材料 (2人分)

- | | |
|----------|--------|
| ・湘南ポモロン | 赤・黄各2個 |
| ・白だし | 適宜 |
| ・大葉、柚子胡椒 | 適宜 |

作り方

- ① トマトは湯むきする
- ② 白だしを好みの味加減まで薄めて沸騰させる
- ③ ②に湯むきしたトマトを入れ、一度沸騰させたらすぐ火を止め、保存容器に移して冷まし、そのまま冷蔵する
- ④ 一晩寝かせる(味がしみる)
※ せん切りの大葉や柚子胡椒を添えて食べても美味しい

ここがポイント👉

シンプルだが、さっぱりとして美味しい

出典引用 : <https://ameblo.jp/budoupapa/image-12754069345-15148458837.html>

湘南ポモロンのロースト



材料 (2人分)

- | | |
|---------------------|------|
| ・湘南ポモロン | 3個 |
| ・ニンニク | 1/2片 |
| ・パン粉 | 大匙5 |
| ・パセリ、塩、コショウ、オリーブオイル | 適宜 |

作り方

- ① トマトは横半分に切り、切り口を上にして安定するように底になる部分を薄く切り取る
パセリとニンニクは、みじん切りにする
- ② パン粉に①のパセリとニンニクを入れて混ぜ、オリーブオイルを入れてパン粉をしっとりさせる
- ③ ①のトマトは、耐熱皿に並べて軽く塩、コショウをふり、②のパン粉を乗せる
- ④ 180℃に温めたオーブンで約15分焼いて完成

ここがポイント👉

オーブントースターで焼く場合は、パン粉が焦げないように途中でアルミホイルをかぶせよう

出典引用 : <http://sho.kanagawa-ippin.jp/recipe/343/>

湘南ポモロンソテー



材料 (2人分)

- | | |
|----------|-----|
| ・湘南ポモロン | 2個 |
| ・小麦粉 | 適宜 |
| ・塩、コショウ | 適宜 |
| ・オリーブオイル | 大匙1 |

作り方

- ① トマトは、縦半分に切り、切り口に小麦粉をしっかりはたく
- ② フライパンにオリーブオイルを入れて中火にかけ、①のトマトを切り口を下にして焼き付ける(こんがり色づくまで中弱火で)
- ③ ひっくり返して塩、コショウをし、全体がくったりしたら完成

ここがポイント👉

中が熱いので、食べる際はやけどに注意

出典引用 : <https://cookpad.com/recipe/2280211>