

食材2つだけ!

トマト

×

アボカド



調理時間

10分

切って混ぜるだけのピリ辛サイドメニュー

トマトとアボカドのごまコチュ和え

材料 (2人分)

トマト……………小1個

アボカド……………1/2個

○コチュジャン……………大さじ1

○しょうゆ……………小さじ1

○砂糖……………小さじ1

○ごま油……………大さじ1/2

○にんにくチューブ……………5mm

○いりごま(白)……………少々

1 材料を切る

トマト、アボカドはひと口大に切る。

2 和える

ボウルに○を入れて混ぜ、1を入れて和える。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索