

ぶどうのオイルのカブレーゼ



材料【4人分】

・トマト	1個
・モzzarellaチーズ	1袋
・粗挽きコショウ	少々
・塩	少々
・ぶどうのオイル	大さじ1

作り方

① トマトを8等分にカット。モzzarellaチーズは厚さ1cmくらいにカット。

② トマトとモzzarellaチーズを交互に並べ粗挽きコショウと塩を全体に振りかける。

③ ぶどうのオイルを全体にかけて完成。

※Aコープ商品のぶどうのオイル推奨



★トマト選びのPOINT★

- ①ヘタが緑色で張りのあるもの
収穫後時間がたっているものは黒ずんできます。
- ②形は丸く重みがあるもの
形が角ばっていたりデコボコしているものは空洞が出来ている事があります。
重みのあるものは果肉が詰まっています。
- ③お尻の放射状の筋を見る
お尻からヘタに向かって何筋も入ってるものは糖度が上がってる傾向にあります。
糖度が高いトマトは、水に沈みます。
- ④全体が真っ赤になっている
全体がしっかり赤くなっていたら熟しています。
まだ青い部分があるものは室温で置いておき追熟させると全体が赤くなってきます。

