トマトときゅうりのすり和え

材　　料	
トマト	１５g
きゅうり	１０g

≪作り方≫

① トマトはゆでて皮をむき、種を取り、すり鉢に入れてすりつぶす。

② きゅうりは皮をむいてすりおろし、加熱する。

③ ①と②を混ぜ合わせる。