

イタリアン冷製パスタ

材料 2～3人分

カゴメ イタリアンつゆ-----1袋 (210g)
カップリーニ-----240g
バジル-----適量



作り方

- ①カップリーニを茹でて、冷水で冷やし、しっかりと水切りする。
- ②皿にカップリーニを盛り付け、「イタリアンつゆ」をかけ、バジルを散らす。

ポイント

* 細めのパスタでも美味しいです。
イタリアンつゆ1袋 (210g) に対してパスタ(乾) 240g、ご用意下さい。



調理時間

約5分

エネルギー

337kcal

塩分

1.6g

サラダそうめんつゆ

材料 2～3人分

カゴメ サラダ涼麺つゆ—————1袋 (210g)
そうめん—————3束 (150g)
釜揚げしらす—————大さじ3
大葉—————2～3枚



作り方

- ①そうめんを茹で、冷水で冷やし、しっかりと水切りする。
- ②皿にそうめんを盛り付け、「サラダ涼麺つゆ」をかけ、釜揚げしらす、千切りにした大葉を盛り付けたら出来上がり。

ポイント

- * 湘南名産の釜揚げしらすをトッピングに使用したサラダそうめんです。
- * トマトのそうめんつゆでさっぱりと頂けます。



調理時間
約5分

エネルギー
271kcal

塩分
5.6g

トマト担々麺

材料 2～3人分

カゴメ トマト担々麺の素——1袋 (210g)
うどん—————3玉
きゅうり—————1/3本



作り方

- ①茹でて、冷水で冷やした麺を皿に盛り付ける。
- ②「トマト担々麺の素」をかけ、千切りにしたきゅうりを添える。

ポイント

- * ソースは常温のまま使えます。
開封前に冷蔵庫で冷やしても、お湯で温めても(沸騰3～5分)美味しいです。
- * 温かい麺でも美味しく召し上がれます。



調理時間
約5分

エネルギー

塩分



三浦野菜のミネストローネ (キャベツ&大根)

材料 2~3人分

カゴメたっぷり野菜の
ミネストローネ用ソース(240g)-----1袋
キャベツ(三浦産)-----大1枚(約50g)
大根(三浦産)-----50g
サラダ油-----大さじ1



作り方

- ①キャベツは1cm角程度のざく切りにする。大根は5mm程度の角切りにする。
- ②鍋に油を熱し、キャベツと大根を炒める。(中火 約1分)
- ③「たっぷり野菜のミネストローネ用ソース」と水1カップを加え、沸騰したら弱火で5分煮込んで、できあがり。(弱火 約5分)

ポイント

- * 三浦名産のキャベツと大根を加えたミネストローネです。
- * 野菜をカットして、煮込み専用ソースで煮込むだけの簡単レシピです。



調理時間
約5分

エネルギー
106kcal

塩分
1.5g

餃子の皮で作る！高座豚のラザニア

材料 2～3人分

餃子の皮	-----	12～16枚	塩	-----	小さじ1/3
高座豚の挽肉	-----	100g	こしょう	-----	少々
たまねぎ	-----	1/2個	カゴメアンナマンマ(トマト&ガーリック)	-----	1瓶
しめじ	-----	1パック	ピザ用チーズ	-----	60g
サラダ油	-----	大さじ1/2			



作り方

- ①玉ねぎはみじん切りにする。しめじはいしづきを切り落としざく切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、玉ねぎ、ひき肉、しめじの順の炒め、アンナマンマを加え5分ほど煮て、塩・こしょうで味を整える。
- ③グラタン皿にサラダ油を塗り、餃子の皮を敷き詰め、②のソースの1/4量を重ねる。再び皮を敷き次にソースの順に3回重ね、最後にチーズをかける。
- ⑥200℃に温めたオーブンで10分～15分程焼く。

ポイント

- ・餃子の皮は生のまま使用出来ます。しっかりと加熱して仕上げてください。
- ・ミートソース缶などを利用すると更に簡単に作れます。



調理時間

約20分

エネルギー

357kcal

塩分

1.6g

葉山牛のローストビーフ ～3種のトマトソースをかけて～

材料 4～5人分

葉山牛もも肉(ブロック)-----**400g**
 塩・こしょう・にんにく-----すり込み用に適量
 サラダ油-----大さじ1
【漬けダレ】
 しょうゆ-----1/2カップ°
 赤ワイン-----1/4カップ°
 レモン果汁-----1/8カップ°
 玉ねぎ-----1/2個
 生姜・にんにく-----各1片
 レモン-----1/2個分

◆トマトガーリックソース

カゴメ基本のトマトソース(295g)-1/3パック
 にんにく(チューブ)-----少々
 塩・こしょう-----少々

◆トマトポン酢

カゴメ基本のトマトソース(295g)-1/3パック
 ぽん酢しょうゆ-----大さじ2

◆トマトタルタル

カゴメ基本のトマトソース(295g)-1/3パック
 マヨネーズ-----大さじ1

作り方

- ①牛肉を焼く前に10分程常温に戻し、塩・こしょう・にんにくをすり込む。
 オーブンを200℃に予熱しておく。
 3種のソースは、それぞれ「トマトソース」と調味料と混ぜておく。
 玉ねぎはスライスにし、生姜とにんにくはすりおろす。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、肉の表面に焼き色を付ける。
- ③オーブンで15～20分程焼く。
- ④ジップロックの様な保存袋の漬けダレの調味料と香味野菜を混ぜ合わせておく。
- ⑤焼き上がった③を④に2～3時間漬け込む。
- ⑥薄くスライスし、お好みのトマトソースをかける。

ポイント

* おもてなしメニューにもぴったりの本格的なローストビーフです！！
 3種のソースと共にお召し上がりください。



調理時間

約15分

エネルギー

240kcal

塩分

1.4g



カゴメ王道のナポリタン

材料 2人分

スパゲティ-----	200g	カゴメトマトケチャップ-----	大さじ8
ウインナーソーセージ(高座豚手作りハム製) -----	2本	バター-----	大さじ1
玉ねぎ-----	1/2個	牛乳-----	大さじ2
ピーマン-----	1個		
マッシュルーム-----	100g		



作り方

- ①スパゲティは塩を加えたたっぷりの湯でゆでておく。
- ②ウインナーは斜め薄切りにする。玉ねぎ、ピーマン、マッシュルームは薄切りにする。
- ③フライパンにバターを熱し、ウインナー、玉ねぎ、マッシュルーム、ピーマンの順に加え強火で手早く炒め、トマトケチャップの半量を加えて炒め合わせる。
- ④①のスパゲティを加えて手早く炒め合わせ、残りのトマトケチャップ、牛乳を加えて麺にからめるように炒める。
- ⑤皿に盛り、お好みでパルメザンチーズをふる。

ポイント

- *ケチャップを2回に分けて加える点と牛乳を加える点がポイント！
- *2回目のケチャップ=追いケチャップにより、ケチャップのフレッシュ感のあるナポリタンになります。牛乳によりコクとまろやかさが加わります。



調理時間

約15分

エネルギー

579kcal

塩分

3.7g



湘南ゴールドとトマトのフレッシュスムージー

材料 2人分

カゴメトマトジュース(食塩無添加)——200ml
湘南ゴールド—————2個(150g)
セロリ—————40g



作り方

- ①湘南ゴールドは皮を剥き、種を取り、薄皮を取る。
セロリは一口大に切る。
- ②すべての材料をミキサーにかける。

ポイント

- * 湘南ゴールドとトマトジュースをミックスしたさわやかな飲み口のスムージーです。
- * お好みではちみつを加えるとお子様も飲みやすくなります！



調理時間
約5分

エネルギー
42kcal

塩分
0g

トマトのバイクドチーズケーキ

材料 ケーキ1台分(9号)

クリームチーズ	-----	200g
無塩バター	-----	30g
砂糖	-----	50g
卵黄	-----	50g
生クリーム	-----	100g
カゴメトマトペースト	-----	25g
カゴメライトドライトマト50M(業務用商品)	-----	70g
タルト型(9号)	-----	1台



作り方

- ①ライトドライトマトをオーブンで加熱・解凍しておく。
- ②ボウルに常温に戻したクリームチーズとバター、砂糖を混ぜ合わせ、更に卵黄、生クリーム、トマトペーストを加え、混ぜ合わせる。
- ③タルト型に流し込み、軽く水気を切った①を上から散りばめ、180℃のオーブンで30～40分程焼く。

ポイント

- * チーズケーキにトマトペーストを練り込み、トマトの酸味をプラスし、さらにライトドライトマトで具材感を出しました。
- * トマト感溢れるチーズケーキです。



調理時間

約50分

エネルギー

351kcal

塩分

0.3g

トマト・オ・ショコラ

材料 4人分

カゴメキッズチェリ-----8個
チョコレート(市販の板チョコで可)----50g



作り方

- ①トマトは洗って水気をよく拭く。
- ②チョコレートを湯せんで溶かし、トマトの半分くらいまでチョコをつけ、オーブンシートの上に置き、室温で固める。

ポイント

*トマトの酸味がチョコレートにマッチ。お酒のおつまみにも合います。



調理時間
約10分

エネルギー
44kcal

塩分
0g