

# JA越智今治女性部伯方支部「ミニトマト」レシピ

## ☆揚げ出しミニトマト～（2人分）☆

ミニトマト	8個
片栗粉	適量
めんつゆ	60cc
かつおぶし	適量
揚げ油	適量



- ①ミニトマトは湯煎にかけて、皮を剥き、片栗粉をしっかりとまぶします。
- ②片栗粉をまぶしたミニトマトを、表面がからっとする程度に揚げます。
- ③器にめんつゆを入れ、揚げたミニトマトを入れて、かつおぶしをのせて出来上がり。

### <ポイント>

♪揚げるときは、たっぷりの油に浸してあげると破裂しにくいです。

♪油はね防止に、網のフタを使うのもおすすめ。

## ☆ミニトマトのキムチ漬け（2人分）☆

ミニトマト	12個
きゅうり	1/2本
キムチ漬けの素	5g



- ①ミニトマトは湯煎にかけて、皮を剥き、きゅうりは輪切りにします。
- ②①のミニトマトときゅうりをビニール袋に入れ、Aコープマーク品「キムチの素」を入れ冷蔵庫で1時間ほどつければ出来上がり。

## ☆ミニトマト飴（2人分）☆

ミニトマト	8個
グラニュー糖	大さじ3
水	小さじ1
竹串	4本
クッキングシート	1枚



- ①ミニトマトを竹串に挿します。（皮付きのままでOK）
- ②器に、グラニュー糖と水を入れよく混ぜ合わせ、レンジに入れます。  
600wのレンジで1分30秒程度、様子を見ながら加熱します。  
グラニュー糖が溶けて、飴色になったらOK。溶けていなかったら少しずつ加熱します。
- ③竹串に挿したミニトマトを②で作った飴に、転がしながら素早くからめます。  
クッキングシートの上に並べ、飴が固まったら出来上がり。

### <ポイント>

♪飴は、加熱した後、固まる前に素早くからめるのがコツ。

加熱した飴は熱いのでやけどに気を付けてくださいね。