



ひんやりトマトデザート

ひんやりトマトデザート

エネルギー 25kcal
(1人分)

【材料2人分】

- ・ミニトマト 10個
- ・砂糖 5g
- ・水 100ml

ひんやりトマトデザート

分量2人分

- ① ミニトマトのヘタを取って水洗いする。
- ② 鍋に砂糖と水を入れて火にかける。
- ③ 沸騰したらミニトマトを入れ、ひと煮立ちさせる。
- ④ あら熱が取れたら冷蔵庫に入れて冷やして完成。