

ミニトマトのコンポート(20個分)

| 材料 | 量 | 下処理 |
|-------|-------|-------|
| ミニトマト | 20個 | 湯むきする |
| 砂糖 | 50g | |
| 水 | 150ml | |

【作り方】

- ①鍋に分量の砂糖と水を入れて煮溶かす。
- ②ミニトマトを加え、弱火で5分ほど煮含める。
- ③そのまま冷まし、冷蔵庫に入れ、1~2日おく。

| | | | | |
|-----|--------|--------|-------|------|
| 5個分 | エネルギー量 | 54kcal | 食塩相当量 | 0.0g |
|-----|--------|--------|-------|------|