



「やみつきトマト(ミニトマト)」を使用したメニューを紹介

今が旬のトマトを味わうレシピをご紹介します。「やみつきトマトパスタ」はやみつきトマトをふんだんに使用したフレッシュなパスタです。シンプルな食材ですが、とてもおいしく作ることができます。「やみつきトマトとミルクの2色ゼリー」はやみつきトマトをまるまる使用した、見た目がかわいいデザートです。甘味が凝縮したやみつきトマトをお召し上がりください。

【料理・レシピ】 トヨタ生協 管理栄養士

やみつきトマトパスタ

1人分 エネルギー 667kcal 塩分 3.0g



- 下ごしらえ
1. にんにくは皮をむきみじん切りにする。
 2. やみつきトマトはヘタを取り半分に切る。
 3. ベーコンは細切りにする。
 4. バジルは葉を手でちぎる。

■材料(1人分)

パスタ	100g	バジル	4g
やみつきトマト(ソース用)・	10個	塩	2g
オリーブオイル	24g(大さじ2)	やみつきトマト(飾り用)・	5個
にんにく	1片	モッツアレラチーズ	20g
ブロックベーコン	50g		
パスタの茹で汁	180cc	バジル(飾り用)・	お好みで

■作り方

<パスタ>

5. 塩水(1ℓの水に塩5g)を作り商品の
パスタ袋に記載の時間より1分短めに茹でる。

<ソース>

6. フライパンにオリーブオイルと1.のにんにくを入れ弱火で加熱し、香りを出す。
7. ベーコンを入れ軽く焼き色がつくまで加熱する。
8. 2.のやみつきトマト10個分を加え強火で加熱し、焼き色が
つくまで加熱する。
9. 火からおろし180ccのパスタのゆで汁を入れ、全体をゆっくり
混ぜ中火で加熱しバジルと塩を入れる。
10. やみつきトマトを軽くつぶしながら中火で5分ほど加熱する。
11. 火を止めモッツアレラチーズと茹でたパスタを加え余熱で
モッツアレラチーズがトロリとするまで混ぜる。
12. 器にパスタを盛り付け、やみつきトマト5個分とバジルを
トッピングして完成。



■材料(1人分)

<ミルクゼリー>

粉ゼラチン	2.5g
水(ゼラチン用)	5cc
牛乳	150cc
砂糖	15g

<トマトゼリー>

粉ゼラチン	2.5g
水(ゼラチン用)	5cc
水	150cc
砂糖	18g
やみつきトマト	3個

■作り方

<ミルクゼリー>

1. 水に粉ゼラチンを入れ10分ふやかす。
2. 鍋に牛乳と砂糖を入れ周りが沸々するまで中火で加熱する。
3. 火からおろし1.を入れゼラチンが溶けるまで混ぜる。
4. 粗熱がとれたら器に流し入れラップをし、冷蔵庫で冷やし固める。

<トマトゼリー>

5. 水に粉ゼラチンを入れ10分ふやかす。
6. やみつきトマトを湯むきする。※へたの反対に薄く十字に切り込みを
入れると、綺麗に皮がむけます。
7. 鍋に水と砂糖を入れ周りが沸々するまで中火で加熱する。
8. 火からおろし5.を入れゼラチンが溶けるまで混ぜる。
9. 粗熱がとれたらミルクゼリーを入れた器に6.のトマトを3個置き、8.を
静かに流し入れラップをし、冷蔵庫で冷やし固めたら完成。

やみつきトマトと ミルクの2色ゼリー

1人分 エネルギー 242kcal 塩分 0.2g

