

## トマトを使った簡単デザート

### ■ トマトコンポート (2~3人分)

#### 【材料】

トマト (ミディまたはプチ)・・・100g

水・・・200g

白ワイン・・・100g

ビートグラニュー糖・・・50g

レモン果汁・・・5g

#### 【作り方】

1. 手鍋にワイン、水、ビートグラニュー糖を入れ火にかける
  2. 沸騰したら予め皮をむいておいたトマト (※) & レモン果汁を入れ、  
落とし蓋をして弱火で10分煮る
  3. 粗熱を取り、氷で冷し冷蔵保管
- ※トマトは予め冷凍庫で凍らせ、水に漬けると皮がむける (湯剥きよりも簡単)

### ■ トマトジュレ (1人前)

#### 【材料】

コンポートシロップ・・・180g

粉寒天・・・2g

#### 【作り方】

1. 手鍋にコンポートシロップを入れ、少量の水でといた粉寒天を入れ、  
手早くかき混ぜる
  2. 容器に移し、粗熱を取って冷やし固める
- ※容器に移した際にトマトコンポートを入れて固めてもOK!

## ■ トマト&ミルクゼリー (1人前)

### 【材料】

トマト水・・・30g

牛乳・・・90g

ビートグラニュー糖・・・15g

コンポートシロップ・・・45g

粉寒天・・・1g

### 【作り方】

1. 手鍋にトマト水、牛乳、コンポートシロップ、グラニュー糖を入れ、中火でかき混ぜながら(※)一煮立ち。
2. 少量の水で溶いた粉寒天を手鍋に入れ、ダマができないようによくかき混ぜる。
3. 容器に移し、粗熱を取り冷やし固める。

※ ペクチンの作用で分離するため

## ■ トマト水

### 【材料】

トマト・・・適量 (今回は 600g)

### 【作り方】

1. トマトのヘタを取り、ざく切りにしてブレンディング
  2. ボウルにザルをセットし、サラシ(手ぬぐいなど)をかぶせ、ブレンディングしたトマトを入れ裏ごし
  3. 総量の8割程(※)まで絞る
  4. 絞り粕は別容器に移し替える
- ※ 強く絞ると、トマトの色素(リコピン)が通り抜けて赤くなってしまうので、徐々に優しく絞る

## ■ トマトジャム（基準量）

### 【材料】

トマトの絞り粕・・・50g

白ワイン・・・10g

ビートグラニュー糖・・・15g

レモン果汁・・・3g

### 【作り方】

1. 手鍋にトマトの絞り粕、白ワイン、グラニュー糖を入れ、中火にかけてよく溶かす。
2. 当初の水分が無くなったら弱火にして、レモン果汁を入れ弱火でさらにかき混ぜながら水分を飛ばす
3. 「ポテッ」と粘りがでたら、粗熱を取って冷蔵