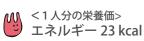




## トマトのジュエルサラダ



材料 [4人分]	
┌ ミニトマト (赤) … 4個	5
ミニトマト (黄) 4個	5
└塩こうじ 小さじ1	
ブロッコリー2原	=
いくら	_
水······· 200cc	C
コンソメ(固形) 1/2個	5
塩少久	7
ゼラチン····· 5g	g





塩分 0.5 q

## 1人分の野菜 38 g

## 作り方

- 1) ミニトマトは塩こうじと合わせてビニール袋に入れて一晩置く。
- 2) ゼラチンは水大さじ1(分量外)でふやかしておく。
- 3) ブロッコリーは電子レンジで加熱する。
- 4) 鍋に水、コンソメを入れ、加熱する。コンソメが溶けたら、塩で調味する。
- 5) 4)をコンロから外し、ゼラチンを加えて、完全に溶かす。
- 6) ガラス容器にミニトマト(赤、黄各1個)、ブロッコリーを入れ、粗熱がとれた5)を注ぐ。
- 7) 6)を冷蔵庫で冷やす。
- 8) 7)が固まったら、いくらをのせる。



対象:パーティ料理 前菜

## **Cooking Point**

- ・ミニトマトの代わりに大きなトマトを塩こうじでつけて、ガラス容器に 入れる時に一口大に切っても綺麗です。
- いくらのかわりにパセリを飾るのもおすすめです。
- ・ガラス容器にゼラチン液を注ぐ時は、粗熱をとってから入れてください。熱いと容器が割れることがあります。