



トマトのゼリー寄せ

★材料(4回分)★

- ・完熟トマト 中1個
- ・砂糖 小さじ1/2
- ・粉ゼラチン 小さじ1/2
- ・水 大さじ1

★作り方★

- ①粉ゼラチンは、分量の水に溶かしておく。
- ②トマトは、切込みを入れた後、沸騰したお湯に入れ、サッとくぐらせる。
- ③トマトを冷水に入れ、皮をむく。
- ④トマトを半分に切り、ヘタと種を除き、細かく刻む。
- ⑤鍋に①と砂糖を入れて弱火で煮溶かし、刻んだトマトを加えてよく混ぜる。
- ⑥容器に入れて、冷蔵庫で冷やし固める。

ゼラチンは、アレルギー物質が含まれる食材です。初めて与える際は、体調が良い日の午前中にすすめましょう。

