

ミニトマト



一粒に、リコピンやビタミン等の栄養素が詰まっています。赤やオレンジなど色鮮やかで、お料理を華やかに彩ります。



お料理ママさん

※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



ミニトマトのだし煮

調理時間
5分

1人分
33kcal

ミニトマトのだし煮

調理時間

5分以上

1人分

33kcal

【材料/2人前】

ミニトマト……………14個(200g)

A 水……………200ml
味の素 ほんだし……………小さじ2

【作り方】

①ミニトマトはヘタを取る。

②鍋に**A**、①のミニトマトを入れて火にかけ、ミニトマトがやわらかくなるまで煮る。

※皮が気になる方は、お好みで皮を湯むきして下さい。