



# 願いが叶う トマトのキラキラゼリー

エネルギー 105kcal (1人あたり)

暑い時期にも食べやすいゼリー!季節を感じられるように夏野菜のトマトを使いました。  
ゼリーと寒天で食感を工夫し、さらに青と黄色の寒天で七夕の空を表現しました。



## <材料> (4人分)

トマト	300g
砂糖	15g
リンゴジュース	200mL
ゼラチン	20g
水	100mL
<b>【カラフル寒天】</b>	
粉寒天	6g
氷みつ (ハワイアンブルー、レモン) 各	80g
水	400mL

## 【作り方】【トマトゼリー】

- ゼラチンを分量の水でふやかす。トマトは湯剥きして、種を除き角切りにする。
- 鍋にトマト、砂糖、リンゴジュースを入れて火にかけ、沸騰してから火を止め、ミキサーにかける。
- 膨潤した①を湯せんで溶かし、④に加えて素早く混ぜる。バットに入れて冷蔵庫で固まるまで冷やす。

## 【カラフル寒天】

- 水 200mL にハワイアンブルーの氷みつを 80g 入れて火にかける。沸騰してきたら粉寒天 3g を加えて溶かす。
- 寒天が溶けたらバットに入れて冷蔵庫で固まるまで冷やす。黄色の寒天も同様に作る。
- 固まった寒天は青色を包丁で細かく刻み、黄色は星形に抜く。トマトゼリーをクラッシュ状にし容器に入れ、カラフル寒天を飾る。

こちらのレシピは  
福女短ホームページにて公開中

福岡女子短期大学  
ホームページ



福岡女子短期大学  
Instagram



福岡女子短期大学  
Twitter

