



真っ赤になっちゃう♡ミニトマトのスイートマリネ

材料 (大人2人+子ども1人分の目安)

ミニトマト	200g
A はちみつ	大さじ1
レモン汁	小さじ1

栄養価	子ども1人分
エネルギー	23 kcal
食塩相当量	0.0 g

作り方

- ① ミニトマトはへたを除き、へたの反対側の皮につまようじで穴を開ける。
- ② 鍋に湯を沸かし、①を入れる。皮がめくれてきたら、水に取って冷ます。
- ③ 皮をむいて半分に切り、Aを加えて混ぜ、冷蔵庫で冷やす。



<大人へのアレンジ> … お好みにミントやバジル(乾)をふるか、あれば、生の葉を飾る。

