ミニトマトのコンポート

～材料～

ミニトマト	1パック（10個位）
水	300ml
グラニュー糖	60g

①へたを取ったミニトマトを、沸騰したお湯で1分間茹でる。
②ミニトマトを冷水に入れて急速に冷やす。（皮がつるんとむけてきます。むけない場合は優しくこすると綺麗にむけます。）
③材料の水、砂糖を沸騰させ、グラニュー糖を良く溶かし、冷ましておく。
④室温くらいまで冷えたら、ミニトマトを入れ、２～３時間漬け込む。
＊ミニトマトを水に入れた時に下に沈むものは、糖度が高い証拠です。
＊ミニトマトには大玉トマトの約2倍の栄養素が含まれています。