

# 専修大学熊本玉名高等学校の生徒が考えた

## ピノヤマトマト



### 材料(直径 5 cm の型 8 個分)

- |             |      |
|-------------|------|
| • ミニトマト     | 30g  |
| • 上白糖       | 5g   |
| • レモン汁      | 2・3滴 |
| • バニラアイス    | 120g |
| • ダークチョコレート | 100g |



### 作り方

1. ミニトマトの皮を湯むきする。
2. ブレンダーで1のミニトマト、砂糖、レモン汁を滑らかにし、トマトピューレを作る。バニラアイスはボウルに移し、滑らかになるまで混ぜる。
3. 2のトマトピューレ30gとバニラアイスを混ぜ合わせ、トマトアイスクリームベースを作る。
4. ダークチョコレートを湯煎で溶かし、シリコンの型に流し込み、余分なチョコレートを取り除くことでチョコレートの型を作る。
5. 固まるまでしっかりと冷凍庫で冷やす。
6. 先ほど作ったアイスクリームベースを型に流し込みしっかりと冷凍庫で冷やし固める。
7. さらに上からダークチョコレートかけてアイスクリーム全体がダークチョコレートに包まれるようにする。
8. 冷凍庫で6時間以上しっかりと冷やし固めて、ゆっくりとシリコンの型からチョコレートが割れないように取り出して完成。

tomato

# 専修大学熊本玉名高等学校の生徒が考えた

## トマト大福



### 材料(8個分)

• ミニトマト	8個
• 白玉粉	100g
• トマトジュース	50ml
• 水	150g
• 砂糖	30g
• 白餡	160g
• 片栗粉	適量



※ミニトマトは皮が薄く、スイート系の品種がよい

### 作り方

1. 白餡を8等分にし、ミニトマトを包んで丸める。
2. 耐熱ボウルに白玉粉と上白糖を入れ、トマトジュースと水を加えながら白玉粉の溶け残りがないように練り混ぜる。
3. 2にラップをかけ、電子レンジ(600W)で2分間熱した後、木杓子でよく練り混ぜる。再びラップをかけて2分間加熱し、木杓子でよく練り混ぜる。生地が透明になるまで1分間ずつ繰り返して、餅生地を作る。
4. 出来上がった餅生地を片栗粉の中にとり、8等分に分けて丸める。
5. 餅生地が固くならないうちに素早く4の生地を1を包み、形を整えて仕上げる。

tomato

# 専修大学熊本玉名高等学校の生徒が考えた

## ミニトマト酢



### 材料(作りやすい分量)

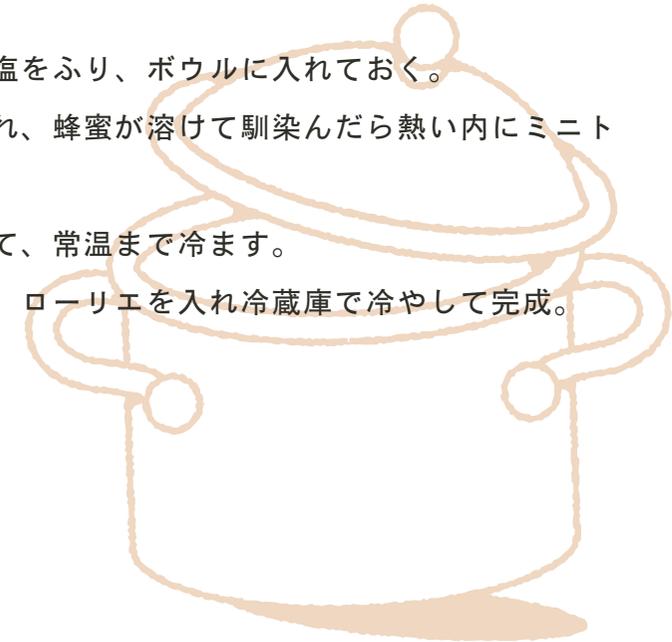
- ミニトマト 1パック
  - 塩 適量
  - ローリエ 小さじ1
- 調味液
- コンソメ 150ml
  - 水 50ml
  - お酢 20g
  - はちみつ 1本
  - 鷹の爪 1枚



### 作り方

1. ミニトマトを湯剥きして塩をふり、ボウルに入れておく。
2. 小鍋に調味液の材料を入れ、蜂蜜が溶けて馴染んだら熱い内にミニトマトに注ぐ。
3. キッチンペーパーを被せて、常温まで冷ます。
4. 冷めたら保存容器に移し、ローリエを入れ冷蔵庫で冷やして完成。

tomato



# 専修大学熊本玉名高等学校の生徒が考えた

## 浅漬けトマトのカプレーゼ



### 材料(作りやすい分量)

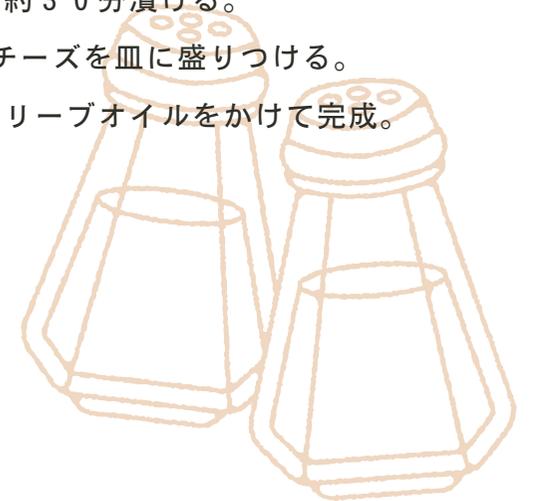
- ミニトマト 1パック
- 浅漬けの素
- モッツァレラチーズ (キャンディタイプ) 適量
- バジル 5枚
- ブラックペッパー 少々
- オリーブオイル 適量



### 作り方

1. ミニトマトをポリエチレン袋に入れて全体が浸かるくらい浅漬けの素を注ぎ、空気を抜いて冷蔵庫で約30分漬ける。
2. 1のミニトマトとモッツァレラチーズを皿に盛りつける。
3. ブラックペッパー、バジル、オリーブオイルをかけて完成。

tomato



# 専修大学熊本玉名高等学校の生徒が考えた

## マルゲリータラーメン



### 材料(1人分)

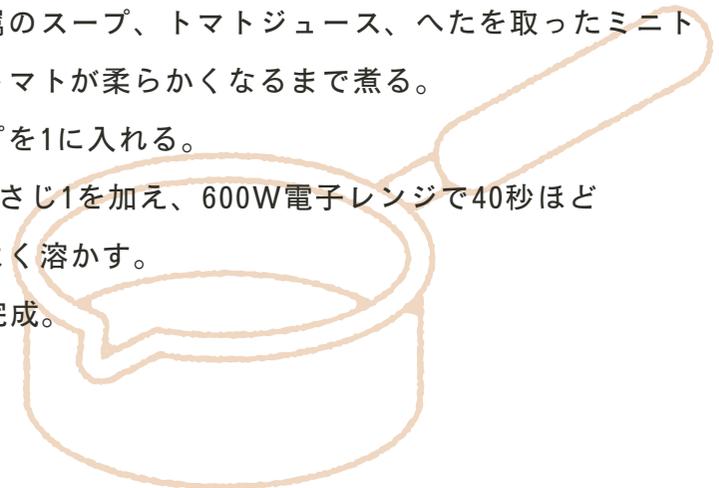
- インスタントラーメン 1人前
- ミニトマト 1パック
- トマトジュース 200ml
- 水 300ml
- チーズ 20g
- 牛乳 大さじ1



※インスタントラーメンは味噌味や塩味などがおすすめ

### 作り方

1. インスタントラーメンから麺のみを取り出し、好みの硬さにゆで、大きめの器に移す。
2. 沸騰した水に、付属のスープ、トマトジュース、へたを取ったミニトマトを加え、ミニトマトが柔らかくなるまで煮る。
3. 出来上がったスープを1に入れる。
4. チーズ20gに牛乳大さじ1を加え、600W電子レンジで40秒ほど温め、かき混ぜてよく溶かす。
5. 3の上に4をかけて完成。



tomato

# 専修大学熊本玉名高等学校の生徒が考えた

## トマトグラタンパイ



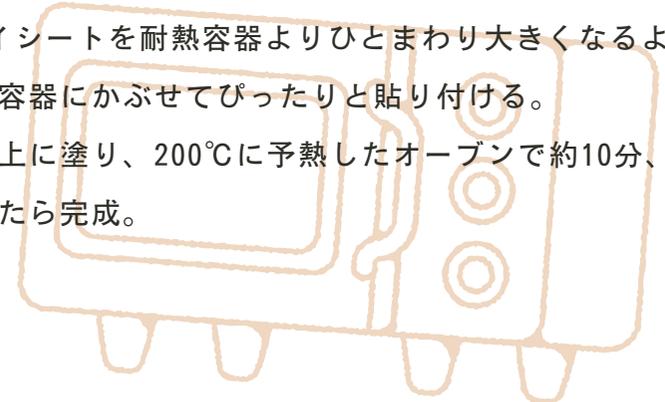
### 材料(2人分)

- |           |      |
|-----------|------|
| • マカロニ    | 100g |
| • ミートソース  | 260g |
| • チーズ     | 60g  |
| • ミニトマト   | 適量   |
| • ベーコン    | 2枚   |
| • 冷凍パイシート | 1枚   |
| • 卵       | 1個   |



### 作り方

1. マカロニを規定時間ゆでる。オーブンはあらかじめ200℃に予熱をする。
2. ベーコンは5mmほどの幅に、トマトはお好みの大きさに切る。
3. フライパンでベーコンを炒め、焼き色がついてきたらミートソースとミニトマトを加え、トマトが柔らかくなるまで煮る。
4. 耐熱容器に3を入れ、パイシートを耐熱容器よりひとまわり大きくなるように切って伸ばし、耐熱容器にかぶせてぴったりと貼り付ける。
5. 溶いた卵をパイシートの上に塗り、200℃に予熱したオーブンで約10分、きつね色になるまで焼いたら完成。



tomato

# 専修大学熊本玉名高等学校の生徒が考えた

## トマトのごま油和え



### 材料(作りやすい分量)

- |         |      |
|---------|------|
| • ミニトマト | 5個   |
| • ツナ    | 25g  |
| • ごま油   | 大さじ1 |
| • 塩昆布   | 適量   |
| • 砂糖    | 適量   |
| • かつお節  | 適量   |



### 作り方

1. ミニトマトを半分に切り、ボウルに入れる。
2. 切ったミニトマトににツナ、塩昆布、ごま油、砂糖を加えて混ぜ、お皿に盛り付け、上からかつお節をふりかけて完成。

tomato

