

「アイコ」の ドライトマト

トマトのレシピ



あまずっぱくてドライフルーツのよう！
家庭で作れるドライトマト

材料（作りやすい量）

「アイコ」 トマト……………お好みで
塩、オリーブ油 ……………各少々

作り方

- ①「アイコ」は洗ってヘタを取り、縦半分に切ります。
- ②天板にオーブンシートをしき、①の「アイコ」を切り口を上にして並べます。
- ③塩とオリーブ油を全面にふります。
- ④120℃のオーブンで2～3時間加熱し、水分を抜きます。様子を見て、まだ水分が多ければ加熱時間を増やし、焦げそうであればアルミホイルをかぶせます。

ワンポイント

できあがったドライトマトは、そのまま食べてもよし、アイスクリームやヨーグルトのトッピングにしてもよし。トマトのソースやスープに加えればコクとうまみがアップします。オリーブ油に漬けたり、冷凍したりすれば、長期間保存することも可能です。