

案外簡単♪

トマトの湯むき

準備物

トマト	好きなだけ
お湯	適量
冷水	適量

方法

1. トマトのヘタの反対側に十字に切れ込みをいれる。
2. 沸騰したお湯にトマトを入れて、10~20秒！
3. 皮がむけてきたら、冷水に取り出す。
4. 手で皮をむく。

Point !

ミニトマトなら、ヘタの反対側につまようじを刺すだけでもOK！

トマトをいれたボールに沸騰したお湯を入れて3~5分置く、でもOK！

つまようじで刺したり、皮をむいたり、おこさまのお手伝いチャレンジにも♡

