

# トマト



まず

もっと

野菜、野菜

おいた

野菜・果物を食べよう♪



## ポイント

主な旬は夏

竹田の秋トマトは朝晩の気温差で

甘みUP

おいしい時期

6~9月

## 食べ方

トマトの旨味は種のまわりのゼリー部分!

豚バラ巻き: ミニトマトを豚バラで巻いてオーブンへ

寒天: ミニトマトを湯むきしてトマトジュースと固める