

## 手作りケチャップ

合計加熱調理時間 約73分

[1人分：50kcal／食塩相当量：1.1g]

※エネルギー、食塩相当量は、100gあたりの値です。

生のトマトを使ったフレッシュなケチャップ。好みの味にアレンジするのもおすすめです。



## 材料（出来上がり1570g）

トマト	2400g
タマネギ（ざく切り）	150g
ニンニク（薄切り）	2片
<材料a>	
酢	大さじ6
砂糖	大さじ6
塩	大さじ1
こしょう	少々
ローリエ	4枚
シナモン	2本
オレガノ：ホール	小さじ2
ローズマリー	2本

※掲載レシピはクックエブリオ ミニ専用のものとなります。

※掲載レシピは2段で検証をおこなっています。

## 分量

出来上がり1570g

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	—	3分	100℃
2	コンビ	0%	70分	200℃

## 下ごしらえ

- ◆ トマトはヘタをくり抜き、皮に浅く十文字に切り込みを入れる。

## 作り方

- 40mmの穴あきホテルパン2枚にトマトを並べて【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、1を手早く冷水に取って粗熱を取り、皮をむき、ざく切りにする。
- ミキサーに2、タマネギ、ニンニク、<材料a>を入れて滑らかになるまで攪拌する。
- 65mmのホテルパン2枚に3を入れて【設定2】で予熱後、加熱する。