

# みかんのコンポート

エネルギー：151kcal(1人分)



## \* 材料と分量 \* (分量は4人分です)

みかん	4個
赤ワイン	1カップ
水	1/2カップ
ハチミツ	大さじ5
シナモンスティック	1本
八角	1個

## \* 作り方 \*

みかんは皮をむき、白い筋も丁寧に取り。  
皮をむいたら横半分に切る。

鍋にみかんを移したら、赤ワイン、水、ハチミツを  
入れる。その後、八角、シナモンスティックも入れる。

弱火で5分ほど煮たら、火を止め粗熱が取れるまで  
そのまま置く。

お好みで生クリームやセルフィーユを飾り、  
出来上がり。

