

鮭のみそマヨネーズ焼き

<材料4人分>

さけ 4切れ
酒 小さじ1
塩・こしょう 少々

A

玉ねぎ 50g
パセリ 1かけ
白みそ 小さじ1
エッグフリーマヨネーズ 大さじ2

<作り方>

- ①さけに酒、塩こしょうで下味をつける。
- ②玉ねぎは洗って粗みじん切り、パセリはみじん切りにする。
- ③200℃に熱したオーブン（またはグリル）で、10分程度さけを焼く。
- ④③のさけにAをのせ、焦げ目がつくまで焼いて完成。



<ポイント>

- ★酒と塩こしょうは、下味とくさみ抜きを兼ねています。
- ★さけ以外にも、さわらやさばを使ってもおいしくいただけます。
- ★給食では卵が入っていないマヨネーズを使用していますが、ご家庭にあるマヨネーズで代用してもよいです。