



鮭のみそマヨ焼き



材料 (子ども5人分)

生鮭 (切り身)	1 枚 40g
(計 200g)	
白みそ	20g
醤油	3g
砂糖	4g
白すりごま	5g
ベジタブルネース	35g
(※マヨネーズ代用可)	
アルミカップ	5 枚

つくり方

- ① パセリをみじん切りにする。
- ② 白みそ、醤油、砂糖、白すりごま、ベジタブルネースを混ぜ合わせる。
- ③ ②に生鮭を漬ける。(30分程度)
- ④ アルミカップに③を入れ、180～190℃のオーブンで10～15分程度焼く。

※オーブンの温度・時間は、機種によって違います。
様子を見ながら焼いてください。
添え物で塩ゆでフロッキーを付けて提供しました。