



鮭のチーズパン粉焼き



材料	(鮭切り身 5 枚分)
生鮭	5 枚(1 枚 40g程度)
塩	少々
こしょう	少々
マヨネーズ	20g(大さじ 2 弱)
パン粉	15g(大さじ 5)
粉チーズ	10g(大さじ 2 弱)
パセリ	お好みで

つくり方

- ① 鮭に塩・こしょうで下味をつける。
- ② パン粉、粉チーズ、パセリを混ぜる。
- ③ 鮭の片面にマヨネーズを塗り、②をかける。
- ④ 200℃に予熱したオーブンで、10分ほどを目安に焼く。
(オーブントースターなら 1000w で 10 分程度)

オーブンやオーブントースターの機種によって
焼き上がりが若干異なります。
様子を見ながら焼いてください。