

生鮭のみそマヨネーズ焼き



材料(4人分)

- ・生鮭……………240g
- ・酒……………小さじ4
- ・キャベツ……………240g
- ・人参……………40g
- ・玉ねぎ……………80g
- ・サラダ油……………小さじ4
- ・酒……………大さじ4
- ・塩……………少々
- ・マヨネーズ……………大さじ2
- ・味噌……………大さじ1と1/2強
- ・酒……………大さじ1と1/3

1

生鮭はそぎ切りにし、酒をふる。
キャベツは千切り、人参も千切りにする。玉ねぎは薄切りにする。



2

マヨネーズ、みそ、酒を混ぜておく。

3

フライパンにサラダ油を熱し、人参、玉ねぎ、キャベツを痛め、酒と塩をふりかける。



4

野菜の上に生鮭をのせてAをかけ、蓋をして4~5分蒸し焼きにする。

