

キャベツとサケのみそマヨ焼き

材料 (1人分)

キャベツ	20g
サケ(切り身)	50g
バター	1g
マヨネーズ	3g
みそ	2g
みりん	1cc
レモン汁	少々



作り方

- ①キャベツは食べやすい大きさにザクザクと切る。
- ②マヨネーズ、みそ、みりんを合わせ混ぜる。
- ③フライパンにサケを並べ、バターを置いてフタをして蒸し焼きにする。
- ④サケに火が通ってきたら、みそマヨをぬり、キャベツを上からのせて、さらにみそマヨを全体にたらす。再びフタをしてキャベツがしんなりするまで蒸し焼きする。
- ⑤仕上がりレモン汁をかける。