

## 厚揚げのじゃこマヨ焼き

\*材料\* (1人分)

厚揚げ 1/4枚

ちりめんじゃこ 2g

青のり 少々

マヨネーズ 3g



\*作り方\*

- ①厚揚げはお湯を沸かして、しばらくつけて余分な油を取る。半分の厚さに切る。
- ②マヨネーズに青のりを加えて混ぜ、厚揚げの白い面に塗る。ちりめんじゃこを上へのせる。
- ③トースターで色がつくまで焼く。