

お魚がよりいっそう美味しくなる 1 品

鯖のネギみそ焼き

材料（4人分）

さわら 4尾 ネギ 1/4 本

マヨネーズ 大さじ4

（保育園では卵が入っていないマヨネーズ
を使っています）

みそ 小さじ2

作り方

① 荒みじんに切ったネギとマヨネーズ、みそをあえる。

② 鯖に①を塗り、グリルで焼く。

※半量の①と鯖を混ぜ、鉄板にのせて焼き、途中で残りの①を鯖にのせて焼いても良い。

