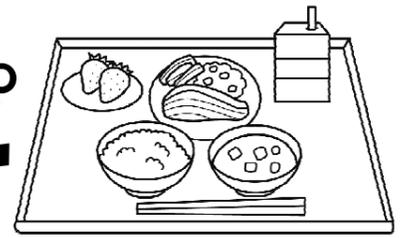


# 大北小の給食 レシピ



料理名

## 鮭のタルタル焼き



材料名	分量(4人分g)	切り方等	作り方
鮭切り身	4切		① 鮭に塩、こしょう、白ワインで下味をつけておく。 ② ゆで卵を作る。 ③ 玉ねぎ、ピクルス、茹で卵をみじん切りにする。 ④ 玉ねぎは水にさらし、水分を切る。 ⑤ タルタルソースの材料をすべてよく混ぜておく。 ⑥ カップまたはアルミホイルに鮭を並べ、その上にタルタルソースをかける。 ⑦ オーブンで焼く。
塩	1.2	小さじ1/5	
こしょう	少々		
白ワイン (酒でも可)	9	大さじ2	
◎タルタルソース			
玉ねぎ	50	みじん切り	
ピクルス	18	みじん切り	
ゆで卵	1個	みじん切り	
マヨネーズ	60	大さじ5	
牛乳	16	大さじ3	
パセリ	少々		

【ポイント】

★ピクルスの代わりに酢を入れても美味しくできます。