

# ★さけのもみじ焼<sup>や</sup>き

## ◆材料<sup>ざいりょう</sup>（4人分<sup>ぶん</sup>）

- ・さけ<sup>（無塩）</sup><sup>むえん</sup> : 4切<sup>きれ</sup>
- ・塩<sup>しお</sup> : 少々<sup>しょうしょう</sup>
- ・こしょう : 少々<sup>しょうしょう</sup>
- ・白ワイン<sup>しろ</sup> : 大さじ 1/2<sup>おお</sup>
- ・にんじん : 30 g
- ・マヨネーズ<sup>おお</sup> : 大さじ 2
- ・パセリ<sup>しょうしょう</sup> : 少々



## ◆給食<sup>きゅうしょく</sup>の献立<sup>こんだて</sup>例

ゆかりごはん<sup>ぎゅうにゅう</sup> 牛乳  
 さけのもみじ焼<sup>や</sup>き  
 五色あえ<sup>ごしき</sup>  
 ぶた汁<sup>じる</sup>

## ◆作り方<sup>つく かた</sup>

- ①さけは塩<sup>しお</sup>、こしょう<sup>しろ</sup>、白ワイン<sup>さけ</sup>（酒でも OK）で下味<sup>したあじ</sup>をつける。
  - ②にんじんはすりおろして、軽く水気<sup>かる みずけ</sup>を切り、マヨネーズ<sup>き</sup>を混ぜ<sup>ま</sup>合わせる。
  - ②①のさけに②のソース<sup>ち</sup>をのせ、パセリ<sup>や</sup>を散らして、オーブンやトースターで焼く。
- \* さけとにんじんを紅葉したもみじの色に見立てた料理です。

\* この分量<sup>ぶんりょう</sup>は大量調理<sup>たいりょうちりょうり</sup>の場合<sup>ばあい</sup>のものです。

ご家庭<sup>かてい</sup>では調整<sup>ちようせい</sup>をお願いします。

高島市内学校給食センター