

簡単!すぐできる! 給食 レシピ

7月8日(水)
の献立

さけのマヨネーズ^や焼き



さけとマヨネーズは相性^{あいしょう}バツグン!とても簡単^{かんたん}につく
ごはんにもパンにも合う^あおかずです。

材料 (2人分)

・さけ切り身 ^{きみ}	2切れ ^き
・塩こしょう ^{しお}	少々 ^{しょうしょう}
・マヨネーズ	おお 大さじ2
・乾燥パセリ ^{かんそう}	しょうしょう 少々

作り方

- ① さけの切り身^{きみ}に塩こしょう^{しお}をし、マヨネーズ^ぬを塗る。
- ② 天板^{てんぱん}にクッキングシート^しを敷き、さけを並べる^{なら}。
- ③ オーブン200℃で15分^{ふんや}焼く。
- ④ 焼けたら、パセリ^やをかけて完成^{かんせい}!