

魚の夕焼けソース

【 材 料 】

	(4人分)
さば (切り身) …	160g
片栗粉 …	12g
油 (揚げ油) …	適量
人参 …	20g
マヨネーズ …	20g
酢 …	12g

【 作り方 】

- ① 魚に片栗粉をまぶし、油で揚げる
- ② 人参は茹でた後、フードカッターでペーストにする
- ③ ②にマヨネーズと酢を合わせ、ソースを作る
- ④ ①に③のソースをかけたら、出来上がり！

