



鮭のきのこクリームソース



* 材 料 * 子ども4人分 *

・鮭 切身(40g)	4切	・小麦粉 薄力粉	20g
・塩	適 量	・コンソメ	8g
・油	適 量	・牛乳	200g
・玉ねぎ	40g	・コショー	適 量
・しめじ	200g	・パセリ 葉	2g

* 作 り 方 *

- ① 鮭に塩を振り、フライパンで焼く。
- ② 玉ねぎはせん切りにし、しめじは手でほぐす。
パセリはみじん切りにする。
- ③ 鍋に油を入れ、玉ねぎ、しめじを炒め、小麦粉、牛乳、コンソメ、コショーを加えて、とろりと煮る。
- ④ ①で焼いた鮭の上に③をかけ、パセリをのせる。