

魚の夕焼けソース

【 材 料 】

	(1人分)
さば（切り身）	… 40g
片栗粉	… 3g
油	… 3g
人参	… 5g
マヨネーズ	… 5g
酢	… 3g

【 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！

