

# 鮭のマヨネーズ焼き



材料を切ったら、混ぜて乗せて焼くだけの簡単おかずです。給食では他にも、タラやメルルーサ、カレイなどで作っています。

## 《調理のポイント》

給食では写真のように上を開けて包んで焼いていますが、ご家庭では包み焼きもおすすめです。

## ◇材料（4人分）◇

- 鮭 4切
- ◎塩 ひとつまみ
- ◎こしょう 少々
- 玉ねぎ 中1/2個
- えのき 1/2袋
- しめじ 1/2パック
- マヨネーズ 大さじ3
- アルミホイル 4枚

## ◇作り方◇

- ① 鮭に◎の塩、こしょうで下味をつけます。
- ② 玉ねぎはせん切り、えのきは2cmくらい、しめじはほぐします。
- ③ 玉ねぎ、えのき、しめじをマヨネーズで和えます。
- ④ アルミホイルに鮭を乗せ、③を上にかけます。
- ⑤ 200℃くらいに余熱したオーブンで、火が通るまで焼きます。  
(20～25分くらい)