

給食レシピ♥魚のタルタルソース焼き



材料（4人分）

- 白身魚の切り身 4切
(種類はなんでもいいです)
- 塩、こしょう 少々
- マヨネーズ 50g
- 卵 1個
- たまねぎ 30g
- パセリ 少々
- ベビーチーズ 20g
(熱でとけないもの方がいいです)

作り方

- ① 卵をゆでる（10分以上の固ゆで）
- ② ゆでたまごを流水で冷やし、殻をむく。
- ③ 魚の表面の水分をキッチンペーパーで拭き取り、塩、こしょうをかけて置いておく。
- ④ たまねぎをみじん切りにして水分を絞る。
- ⑤ 卵もみじん切りにする。
- ⑥ マヨネーズ、卵、たまねぎ、パセリ、チーズを混ぜる。
- ⑦ 天板にクッキングシートを引き、魚を並べた上にタルタルソースを乗せる。
- ⑧ 180℃のオーブンで10分、その後、200℃に温度を上げて5～6分焼く。