

チーズこんがり♪

鮭のマヨオイスター焼き

15分

1人分あたり
250
kcal

DELISH
KITCHEN



チーズこんがり♪

鮭のマヨオイスター焼き

15分

1人分あたり

250

kcal



材料 (2人分)

生鮭 [切り身]	2切れ
サラダ油	小さじ1
ミニトマト	5個
ピザ用チーズ	適量
塩こしょう	少々
パセリ [乾燥]	少々

☆ソース

オイスターソース	大さじ1
マヨネーズ	大さじ1
おろしにんにく	少々
こしょう	少々

- 1 ボウルに☆を入れて混ぜ合わせる(ソース)。
- 2 鮭は両面に塩こしょうをふる。フライパンにサラダ油を入れて熱し、鮭を入れて中弱火で両面を焼く。
- 3 耐熱容器に鮭をのせてソースを塗る。上にピザ用チーズをちらしてミニトマトをのせ、トースターでチーズが溶けるまで5分ほど焼く。お好みでパセリをちらす。

お使いのトースターによって焼き加減が異なるため、様子を見ながら加熱時間を調整してください。