



R5.4月

お誕生会給食



— 献立 —

- 炊き込みご飯
- 鮭のポテト焼き
- キャベツチーズ和風サラダ
- 若竹汁
- 果物



材料：大人4人分

鮭のポテト焼き

- 鮭切り身 4切
- 塩,胡椒 適量

—マッシュポテト—

- じゃがいも 中1個
- ホールコーン 50g
- マヨドレ 大さじ4
- バター 大さじ1
- 牛乳 大さじ2
- 塩 小さじ1/4

作り方

1. 鮭に塩,胡椒で下味をつけます。  
オーブンは200℃に余熱しておきます。
2. じゃがいもを下茹でして滑らかになるまで潰します。  
熱いうちにホールコーンと調味料を加えて味を調えマッシュポテトを作ります。
3. 鮭をキッチンペーパーをしいた鉄板の上に並べてマッシュポテトを上に乗せます。
4. 余熱したオーブンで10分~15分焼いて鮭に火が通ったら完成です♪



★一言ポイント

焼くときに別の鉄板や耐熱皿にお水を入れて焼くと蒸し焼きで鮭がふっくら焼けます

