



サーモンのキュウリマリネ

1人前：約291kcal

●材料(2人分)

キュウリ…………… 1本
 玉ねぎ…………… 4分の1個
 生鮭の切身…………… 2切
 塩コショウ…………… 適宜
 片栗粉…………… 大1
 オリーブオイル…………… 適宜
 ~合わせ酢~
 リンゴ酢…………… 大3
 砂糖…………… 大2
 白だし醤油…………… 大1

●作り方

- ①キュウリと玉ねぎは細かいみじん切りにして、合わせ酢と混ぜ合わせておく。
- ②鮭は塩コショウして片栗粉をまぶし、多めのオリーブオイルでカリッとなるまで揚げ焼きにする。
- ③皿に②を盛り、①をかけて出来上がり。

ひとくちメモ

漬け込んでも、美味しくいただけます。

