さばの梅マヨ焼き



調理時間	約30分
カロリー	352kcal

材料	(4人分)
さば(切り身)	4切れ
塩	小さじ1/2
酒	大さじ1
(A)	
梅肉	大さじ1
マヨネーズ	大さじ5
卵黄	1個

作り方

1. さばは塩、酒をまぶして下味をつける。
2. (1)の水気をキッチンペーパーで拭き取り、ココットに皮を上にして並べる。
3. (2)に合わせたAをぬり、蓋をしてグリルに入れる。
4. 「ココット『魚弱め』」を選択し、点火する。手動の場合はココットを選択し、タイマーを13分に設定して点火する。

酸味とコクのあるソースで、青魚が苦手な人にもおすすめです。