

学校名	鶴田町立 鶴田小学校	第6学年
氏名	西澤 聖和 さん	
料理名	しゃけじゃが	

レシピ	【材料】(4人分)		【作り方】
	食品名	分量(g)	
	じゃがいも	300	① じゃがいもは柔らかくなるまでレンジで加熱する。 ② 鮭は、油を敷いたフライパンで焼く。 ③ 調味料を混ぜ合わせ、粗熱をとった①②と混ぜる。 ④ 塩・こしょうで味を調える。
	〔 鮭切身	160	
	〔 サラダ油	12	
	〔 マヨネーズ	36	
	〔 粒マスタード	7.5	
	〔 砂糖	4.5	
	〔 塩		
	〔 こしょう	少々	

【写真】



【ひとことメモ】

- ❖温かなくても冷めてもおいしいです。
- ❖大量調理では、ポテトも鮭も角切りを使用し、茹でるか蒸し焼きにして調味料と合わせるとよいですよ。

※この用紙に記入された個人情報は、この企画以外の目的には使用いたしません。

◎このレシピ及び写真は、応募用紙を基に再現したものです。