



4/3(水) ゆでサーモンのヨーグルトタルタルソース

(材料)

鮭 (切り身)

たまご

玉ねぎ

ヨーグルト

マヨネーズ

レモン汁

塩

ブラックペッパー

パセリ

白ワイン (酒)

茹でブロッコリー

① たまごは茹でて、半分は飾り用に残し、半分をみじん切りにする。

② 鍋に鮭を入れ、かぶるくらいの水を注ぎ、白ワインを加えて煮る。

③ 玉ねぎはみじん切りにして、ヨーグルト、マヨネーズ、レモン汁、①を加えて混ぜ、塩とブラックペッパーで味を調える。

④ 鮭が茹で上がったら水気を拭いて皿に乗せ、③をかける。
(ソースを下に敷いて、上に鮭を乗せても)

⑤ パセリを散らし、①のゆで卵とブロッコリーを添える。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター (3階と地下1階) に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。