

新玉ねぎの鯖缶マリネ



材料 2人分

新玉ねぎ
紫玉ねぎ
しょうが
鯖缶
しそ

1個
20g
10g
1缶(160g)
3枚程度

オリーブ油
レモン汁
酢
塩・こしょう

大さじ2
大さじ1
大さじ1
少々

作り方

- ①新たまねぎ・紫玉ねぎをスライスして水にさらす。
- ②しょうがを千切りにして針しょうがにする。
- ③鯖缶を汁ごとボウルに入れてほぐし①②を入れ混ぜる。
- ④ボウルに☆を混ぜ合わせたドレッシングをかけて和える。
- ⑤④を盛り付け、しそを千切りにしてのせる。