

新玉ねぎの鯖缶マリネ



材料 2 人分

新玉ねぎ	1 個		オリーブ油	大さじ2
紫玉ねぎ	20g	☆	レモン汁	大さじ1
しょうが	10g		酢	大さじ1
鯖缶	1 缶(160g)		塩・こしょう	少々
しそ	3 枚程度			

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。