

魚のオニオンポテト焼き



<材料> 子ども4人分

白身魚	4切(1切40g)
塩	少々
じゃが芋	1/4個
玉ねぎ	1/4個
マヨネーズ	大さじ1
乾燥パセリ	適量

(作り方)

- ① 魚に塩を振っておく。
- ② 玉ねぎはみじん切りにする。
- ③ じゃが芋を5mm角に切り、しばらく水にさらし、水気を切っておく。
- ④ 玉ねぎと水を切ったじゃが芋にマヨネーズと乾燥パセリを加えて混ぜ、魚にのせる。
- ⑤ 170℃に熱したオーブンで火が通るまで焼く。