



カナダ
Canada

サーモンのメープルグリル

(調布市調和小学校)

【 材料 (給食5人分) 】

鮭切身50g	5切
塩	少々
こしょう	少々
白ワイン	8cc
メープルシロップ	10cc
粒マスタード	20g
ノンエッグマヨネーズ	20g
しょうゆ	5cc



【 作り方 】

- ①鮭に下味 (塩・こしょう・白ワイン) をつける。
- ②調味料 (メープルシロップ・粒マスタード・マヨネーズ・しょうゆ) を混ぜ合わせソースを作り、①に塗ってオーブンで焼く。

ポイント

カナダの名産品「メープルシロップ」を使った魚料理です。カナダでは、お菓子だけでなく、肉料理にも魚料理にもメープルシロップを使うそうです。給食では、メープルシロップをソースの中に加えて焼きましたが、ご家庭では、ソースには入れないで、焼いた上からかけると、本格的になるとと思います。また、オーブンでなくても、トースターやフライパンで手軽に作れます。