# さばの梅マヨ焼き

| | |
|---|---|
| 調理時間 | 約30分 |
| カロリー | 352kcal |

| 材料 | (4人分) |
|---|---|
| さば(切り身) | 4切れ |
| 塩 | 小さじ1/2 |
| 酒 | 大さじ1 |
| (A) | |
| 梅肉 | 大さじ1 |
| マヨネーズ | 大さじ5 |
| 卵黄 | 1個 |

## 作り方

1. さばは塩、酒をまぶして下味をつける。
2. (1)の水気をキッチンペーパーで拭き取り、ココットに皮を上にして並べる。
3. (2)に合わせたAをぬり、蓋をしてグリルに入れる。
4. 「ココット『魚弱め』」を選択し、点火する。手動の場合はココットを選択し、タイマーを13分に設定して点火する。

酸味とコクのあるソースで、青魚が苦手な人にもおすすめです。