



※写真はイメージです。

マヨネーズのコクが炒めたあじによく合います

## 3種のピーマンとあじのマヨネーズ炒め

### 材 料 (2人分)

あじ(3枚おろし)	2尾分(4枚)
ピーマン	2個
赤パプリカ	1/4個
黄パプリカ	1/4個
塩	少々
こしょう	少々
キューピー マヨネーズ (マヨネーズ) (作り方3、4で使用)	各大さじ1

### 作り方

1. ピーマン、赤・黄パプリカは細切りにする。
2. あじは1.5cm幅に切る。
3. フライパンにマヨネーズを入れて火にかけ、2を炒める。
4. 3に火が通ったら、1とマヨネーズを加えて炒め、塩・こしょうで味を調えて器に盛りつける。