



※写真はイメージです。

旬のぶりを野菜マリネでさっぱりいただけます

## ぶりの野菜マリネ添え

旬のぶりを野菜マリネでさっぱりいただけます

## ぶりの野菜マリネ添え

### 材 料 (2人分)

ぶり ..... 2切

玉ねぎ ..... 1/2個

洋にんじん ..... 1/4本

塩 ..... 少々

キューピー

ノンオイルゆずこしょう

(お好みのノンオイルドレッシング)

..... 適量

### 作り方

1. 玉ねぎは薄切りにする。洋にんじんは皮をむき、千切りにする。

2. 1を耐熱容器に入れてラップをかけ、電子レンジ(500W)で約1分30秒加熱し、ノンオイルドレッシングをかけて約1時間漬け込む。

3. ぶりは塩をして、焼く。

4. 器に2と3を盛りつける。