



※写真はイメージです。

ぽん酢とマヨネーズでさっぱり！お酒が進みます！！

いかのぽんマヨ焼き

材 料 (2人分)

いか	1尾
バター	大さじ1
酒	大さじ1
ぽん酢	大さじ1
青ねぎ	適量
マヨネーズ	適量

作り方

1. いかは腹ワタを除いて胴は1.5cm幅の輪切り、足は吸盤をこそげ取り食べやすく切る。
2. アルミホイルに1、バターをのせて酒をふり、包んで1000Wのオーブントースターで約10分加熱する。
3. 器に盛り、2のアルミホイルを開けてぽん酢を回しかける。
4. マヨネーズをかけて、小口切りにした青ねぎを散らす。