

ROSEN'S RECIPE  
ローゼンおすすめメニュー

アボカドタルタルが口の中でとろける♪

# サーモンとアボカドタルタルの オープンサンド

調理時間

20分

1人分

656kcal



※写真はイメージです。

春の旬食材



Vマーク アボカド



アトランティック  
サーモン

+

使ったのはコレ!



キュービー  
マヨネーズ  
450g



つくり方動画を  
配信中!

《レシピ考案》  
Goo Goo Foo  
フードクリエイター  
堀池 美由紀



# サーモンとアボカドタルタルのオープンサンド

## 材料/2人分

Vマーク アボカド	1個
アトランティックサーモン	160g
トマト(小)	1個
ディル	1枝
食パン(8枚切り)	4枚
バター	20g
〈サーモン:調味料A〉	
ディル(みじん切り)	大さじ1
塩こしょう	少々
オリーブオイル	大さじ1
〈アボカドタルタル:調味料B〉	
塩	ふたつまみ
こしょう	少々
チリペッパー	3つまみ
レモン汁	大さじ1/2
キューピー マヨネーズ	大さじ1
〈ガーリックカレーマヨソース:調味料C〉	
にんにくのすりおろし	小さじ1/2
キューピー マヨネーズ	大さじ2
レモン汁	小さじ2
塩	ふたつまみ
カレー粉	小さじ1/8

## 作り方

- ①アトランティックサーモンは調味料Aで5分マリネしておく。アボカドは種をのぞいて潰し、トマトは細かく刻み、軽く水気をおさえる。
- ②調味料Bと①のトマト、アボカドを和えてアボカドタルタルを作る。
- ③調味料Cを混ぜてガーリックカレーマヨソースを作る。
- ④①のサーモンは魚焼きグリルで両面こんがりと焼く。
- ⑤食パンは耳を切り落とし斜め半分に切り、バターを溶かしたフライパンで、両面、時々押さえながら、1~2分きつね色になるまで焼く。
- ⑥⑤の食パンに③のガーリックカレーマヨソースを塗り、②のアボカドタルタル、④のサーモンを食べやすく切ったものをのせ、ディルをちらし、完成!