

## 12・1月誕生会の献立を紹介します！

子どもたちも大好きなお料理です。  
ご感想を聞かせて下さい！



★ご飯、鮭のラビコットソース、ひじきの煮物  
なめこと南瓜のみそ汁、牛乳、いちご

◎今回は【 鮭のラビコットソース 】のレシピを紹介します。

ラビコットソースってどんな料理？と思われる方もいるでしょうね。

フランス語で「元気を回復させる」という意味のラビコット！西洋料理のソースの1つです！

フレンチドレッシングに玉ねぎ、パセリのみじん切りやケーパーを加えて作るソースです。

幼稚園では、マヨネーズを使用してアレンジしたソースになっています。

ご家庭で幼稚園の味を是非楽しんでみて下さい！！

### 【 鮭のラビコットソース 】

#### 《 材料 4人分 》

生鮭 4切れ

塩・こしょう 適宜(塩・こしょうを振ってしばらくおくと水が出てくるのでしっかりと拭き取り臭みをとる。)

小麦粉 適宜

揚げ油 適宜

※ 幼稚園では魚に小麦粉をつけて揚げていますが、ご家庭では  
フライパンに油をしいてカリッと焼いても良いでしょう。

#### ( ラビコットソース )

玉ねぎ 小1/2個

きゅうり 1本

トマト 小1個

マヨネーズ 大さじ4.5

穀物酢 大さじ1/2

砂糖 大さじ1/2

醤油 小さじ1弱

#### 《 作り方 》

①鮭は塩・こしょうをふっておく。

②小麦粉をまぶして油で揚げる。

③玉ねぎみじん切り、きゅうりみじん切り

トマトは湯むきして種を取り除いてからみじん切り。

④マヨネーズ、穀物酢、砂糖、醤油に

みじん切りしておいた野菜類を加えてソースを作る。

⑤揚げておいた鮭にソースをかけていただきます。

今回は鮭を使用しましたが、お好みのお魚や鶏のささ身など  
いろいろ試してみてもいいでしょう。



x  
x



x  
x



x x



x x



x x

x x

x x

x x

x x

x x

x x

x x

x x

x x

x x

x x

x x