



アピール ポイント

新婚旅行で行ったトルコ・イスタンブールで食べたサバサンドを館山風にアレンジしました。館山らしさとして、レタスのみずみずしさ、なめろうの味付けをイメージしたマヨネーズ、隠し味のピーナッツパウダーがポイントです。サバとパン、日本では意外な組み合わせですが、バッチリ美味しく仕上げました。

材 料

- ・サバの干物 半身
- ・バゲット 1本
- ・レタス 2枚

A

- ・玉ねぎ 1/4
- ・大葉 4枚
- ・しょうが 1かけ

B

- ・マヨネーズ 大さじ4
- ・ピーナッツパウダー 20g
- ・みそ 大さじ1

- ・すだち 少々

作 り 方



- ①サバをグリルでよく焼く
- ②Aは細かく刻み、Bとよく混ぜる
- ③②を横に割ったバゲットの中に塗る
- ④ちぎって水洗いし水気を切ったレタス、①で焼いたサバを順番にバゲットに挟む
- ⑤食べやすい大きさに切り分け、お好みですだちを絞って完成！