

## 魚のマヨネーズ焼き～朝倉山椒ソース～

白身魚	40g (4切)
塩こしょう	少々
玉ねぎ (大)	1/2個 みじん切り
朝倉山椒佃煮	小さじ1.5
白みそ	小さじ1.5
マヨネーズ	大さじ2.5

## やぶ野菜の豚汁

豚肉	60g	切り込み
おろししょうが	小さじ1	
料理酒	小さじ1	
ごま油	小さじ1	
にんじん	1/3本	細いちょう
大根	1/4本	太いちょう
ごぼう	10cm程度	ささがき
里芋 (大)	2個	太いちょう
エリンギ (小)	1本	ななめ切り
もやし	1/4袋	
白ねぎ	1/4本	小口切り
浅黄大豆みそ	大さじ3	
だし汁 (煮干)	850cc	