

**材料 2人分**

かじき	2切
塩・こしょう	少々
薄力粉	適量
卵	1個
刻んだピクルス(市販)	大さじ2
マヨネーズ	大さじ2
レタス	適量

**調理時間 25分****作り方**

1. かじきは両面に塩・こしょうをふります。  
レタスは洗って水きりしておきます。
2. かじきに薄力粉・溶き卵をつけてフライパンで両面をこんがり焼きます。
3. ボウルに刻んだピクルス(市販)とマヨネーズを入れて混ぜ合わせ、タルタルソースを作ります。
4. 器にレタス、かじき、タルタルソースを盛ります。



## アドバイス

◎かじきは「かじきマグロ」と呼ばれていますが、分類上マグロではありません。旬は6～8月ですが、スーパーなどでは、冷凍の切り身として年中出回っています。味はさっぱりしています。