



トマトとカジキのチーズ焼き

材料(4人分)

メカジキ	4切れ
塩	少々
トマトソース	120g
ピザ用チーズ	80g
乾燥パセリ	少々

作り方

- ① メカジキに塩をふっておく。
- ② ①にトマトソースを塗り広げ、チーズをのせる。
- ③ 度のオーブンで分位焼いて、チーズが溶け火が通ったら、パセリをふってできあがり！