

## たらの芽のホイル焼き



### ▼材料（2人分）

- たらの芽 …8個
- 木綿豆腐 …1丁
- A：
  - ・白味噌 …大2
  - ・マヨネーズ …大2

### ▼作り方

- ① たらの芽はガクを少し削り、塩湯で1、2分茹でる。
- ② 木綿豆腐を水切りして食べやすい大きさに切る。
- ③ アルミホイルに油（分量外）を薄く塗り、②を並べ、①とAをのせる。
- ④ オーブントースターで5分程焼く。