

繽紛思慕 鮪魚沙拉

食材

- 虱目魚柳 150g
- 鮪魚罐頭 0.5罐
- 綜合生菜 1盒

調味料

- 油 20c.c.
- 醬油 10c.c.
- 米酒 10c.c.
- 糖 適量
- 黑胡椒 適量
- 沙拉醬 適量

烹調方式



step 1

將虱目魚柳加入
醬油、糖、米酒
攪拌均勻，抓醃
入味。



step 2

將虱目魚柳煎炸
至熟後備用。



step 3

取一乾淨大碗，
把綜合生菜、鮪
魚肉、煎熟的虱
目魚柳拌一起。



step 4

淋上沙拉醬、撒
上黑胡椒，即可
美味享用。

