

材料

かぶ…2個

ツナ缶（在庫分）…1個

パセリ（ベランダ栽培）みじん切り

オリーブオイル…適宜

マヨネーズ…大2

塩・黒胡椒

マスタード…大2

葉っぱの部分は

つゆ

かつおぶし

とうがらし

ごま

ごま油

かぶ

ストック

作り方

1. マイヤーに水を入れ（蒸す）レンジで10分。
2. 常備菜用の野田琺瑯に入れてオリーブオイル・マヨネーズ・マスタード・塩・黒胡椒など入れ混ぜる。
3. 葉っぱは上記の材料でフライパンで炒める。