

さっと簡単調理！

## やみつき！アスパラのツナマヨのせ

肉厚アスパラガスに子供が大好きな  
ツナマヨ&卵との相性が抜群。  
簡単なのにやみつきになる一品です。

### 材料

アスパラガス	……	6本
ゆで卵	……	1個
ツナ缶	……	1缶
マヨネーズ	……	大さじ3
醤油	……	小さじ1
練りからし	……	小さじ1/2



1. 3cm程に切ったアスパラガスを、塩を加えた熱湯でサッと茹で、取り出したら水気をきる。
2. ゆで卵は6等分のくし形切りにする。
3. ボウルに汁気を切らずにツナを入れ、マヨネーズ・しょうゆ・練りからしで和える。
4. 器にアスパラガスとゆで卵を盛り付け、マヨネーズを和えたツナを上へのせればできあがり。