

オイルサーディンサンド

☆材料（4人前）

- ・オイルサーディン
- ・人参 1/3 本
- ・リンゴ酢
- ・砂糖
- ・塩
- ・マヨネーズ
- ・にんにく
- ・バジル
- ・ロールパン 4 個

☆作り方

- ①人参を千切りにし、リンゴ酢、砂糖、塩を合わせたマリネ液に浸す。
- ②マヨネーズににんにくを入れ混ぜる。
- ③ロールパンに横に切れ目を入れ、②をぬり、バジル、人参、オイルサーディンをはさむ。