

コーンキーマカレー

使用商品 冷凍ストック名人 キーマカレーの素



調理時間
(目安) 15分

料理特徴

鶏ひき肉を使い、鶏そぼろをキーマカレー風に仕上げました。コーン缶を加えたお子様好みの1品はお弁当にも使えます。

材料 4 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
鶏ひき肉	250g		
キーマカレーの素	1袋		
コーン缶	1/2缶		
サラダ油	大さじ1		
ごはん	適量		

作り方

●『キーマカレーの素』の袋に鶏ひき肉を入れ、調味液とよく混ぜ合わせて冷凍しておく。

- ①フライパンに冷凍した鶏ひき肉を入れて加熱し、ほぐす。
- ②肉に火が通ったら、ほぐしながらコーンを加えてさらに炒め、汁気を飛ばす。
- ③ごはんの上に②を盛付けたら出来上がり。