

ドライカレー

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) 20分

料理特徴

スパイス香るドライカレーです。子供も一緒に楽しめる甘味とうま味で、食欲をそそる1品に仕上がります。

材料 3人分

材料名	使用量	材料名	使用量
牛ひき肉	200g		
キーマカレーの素	1袋		
玉ねぎ	1/2個		
人参	1/2本		
グリーンピース	大さじ3		
ごはん	600g		
サラダ油	大さじ1		
目玉焼き	3個		
ベビーリーフ	適量		
ミニトマト	適量		

作り方

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

- ①玉ねぎと人参は粗めのみじん切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、①を入れて軽く炒め、冷凍した牛ひき肉を加え蓋をして加熱する。
- ③ひき肉に軽く火が通ったら、ほぐしながらごはん・グリーンピースを加えて炒め合わせる。
- ④器に③を盛り付け、目玉焼き・ベビーリーフ・ミニトマトを添えたら出来上がり。