



枝豆キーマカレー

おつまみだけじゃもったいない～枝豆レシピ①

枝豆キーマカレー

材 料 (2人分)

むき枝豆…………… 60 g
たまねぎ…………… 1個
にんじん…………… 1/2本
豚合いびき肉…………… 150 g
カレールー…………… 2かけ
ご飯…………… 適量
サラダ油…………… 適量
ゆで卵…………… 2個

★トマトケチャップ

…………… 大さじ3

★だしパック(中身)…… 小さじ1

※本格・万能だしパック使用

- ① 枝豆は茹でて、粗熱を取りさやから出しておく。たまねぎ・にんじんはみじん切りする。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、たまねぎ・にんじんを炒める。
- ③ 野菜がしんなりしたら、豚合いびき肉を加えてよく炒める。
- ④ 豚合いびき肉に火が通ったら、★を加えてよく混ぜる。
- ⑤ カレールーを入れて混ぜる。皿にご飯を盛り、カレールーをかけて枝豆とゆで卵をトッピングしてできあがり♪

コツ・ポイント

- たまねぎ・合いびき肉以外はお好みの夏野菜などを入れてみてください。
- カレールーはお好みのルーをご使用ください。
- ゆで卵は、温泉卵や目玉焼きでもおいしくいただけます。