

給食のドライカレー

ごはんが進む！
給食で大人気のメニューです。

♪材料（4人分）♪

合いびき肉	160g
たまねぎ	1個
にんじん	1/2本
ピーマン	1個
トマト缶	120g (もしくはトマトピューレ)
カレールウ	60g (給食では甘口と中辛を3:1の割合で入れています。)
カレー粉	少々
ケチャップ	大さじ1
ソース	小さじ1
こいくちしょうゆ	小さじ2
油	小さじ1

♪作り方♪

- ① たまねぎ、にんじん、ピーマンをみじん切りする。
- ② 熱した鍋に油をしき、合いびき肉を炒める。
- ③ 肉に火が通ったら、たまねぎ、にんじんを入れ、たまねぎが透明になってきたらピーマンを加える。
- ④ トマト缶を加え、煮立ってきたらカレールウ、ケチャップ、ソース、しょうゆを加える。
- ⑤ 水分を飛ばし、どろっとした状態になれば完成！

★残ったドライカレーはリメイクレシピがいっぱい！

パスタにかければカレーパスタに！

油を塗ったグラタン皿にごはんを入れて千切りキャベツを乗せてカレーをかけ、チーズをのせて焼いたらカレードリアの完成！

ごはんを卵で巻いてカレーをかけたら、オムカレーの完成！