



キーマカレー風ミートパスタ



材料（4人分）

カレールウ	60g	
合挽き肉	240g	
玉ねぎ（みじん切り）	1個	
セロリ（みじん切り）	大さじ1	
人参（みじん切り）	1/4本	
【A】	トマト水煮	150g
	おろし生姜	小さじ1
	おろしにんにく	小さじ1
水	150ml	
サラダ油	大さじ1	
スパゲッティ	4人前分	
パセリ（粗みじん切り）	適量	
粉チーズ	適量	

作り方

- 【1】 野菜はそれぞれの大きさに切っておく。
- 【2】 鍋にサラダ油を熱し、玉ねぎとセロリ、人参をしんなりするまで炒めて【A】を加え、さらに炒める。
- 【3】 【2】に合挽き肉を加えて炒め、肉に火が通ったら水を加えて煮立たせ、いったん火を止めて、カレールウを加えてよく溶かし、再び火にかけてとろみをつける。
- 【4】 スパゲッティを茹でる。
- 【5】 皿に茹でたスパゲッティを盛り、カレールウをかけ周りにパセリを飾りお好みで粉チーズを振りかける。

ワンポイント

カレールウは煮立った中に加えるとダマになりやすいので、火を止めてから加えてください。

