

応援します



国際果実野菜年

2021



夏でもカレー鍋！！

材料（2~3人分）

カレールウ（フレーク）	50g
お湯	360ml
ソーセージ	5本
お好みの野菜・きのこ	適量
とろけるチーズ	適量
ご飯	1膳



作り方

【1】 鍋にカレールウとお湯を加えよく混ぜます。

POINT!

写真は7号サイズ（21cm）の土鍋を使用しています。

【2】 具材を入れ、火が通るまで煮込みます。

POINT!

きのこや、ブロッコリー、オクラ、ミニトマトなどを彩りのよい野菜をつかうと華やかです。

【3】 全体に火が通ったら、完成です。＊チーズはお好みのタイミングで加えてください。メはご飯でリゾットがおすすめです。

