



## 赤みそキーマカレー



### 材料（1人分）

カレールウ	20 g
ダイストマト	30 g
合挽ミンチ	40 g
玉ねぎ（5mmダイス状）	25 g
ピーマン	10 g
黄パプリカ	10 g
赤パプリカ	10 g
赤みそ	25 g
ご飯	200 g
水	120 g

### 作り方

- 【1】 厚手の鍋で合挽ミンチを塩こしょうで炒めます。
- 【2】 玉ねぎが透明になるまで炒め、パプリカ、ピーマンも炒めます。
- 【3】 鍋に水を入れ煮込み、別にぬるま湯でスパイシーマサラカレーフレークを溶かし鍋に入れよくかき混ぜてから再度に煮込みます。
- 【4】 仕上げに赤みそを入れ煮込みます。

### ワンポイント

仕上げに赤みそを入れる事でコクのアップ。  
ほんのり香るミソの風味とカレーの相性がGood！！

