



本格的 ドライカレー

作成者:まーちゃん

材料 (2人前)

具の材料

- チューブにんにく……………約2cm
- チューブ生姜……………約2cm
- 玉葱……………100g
- 人参……………100g
- 豚挽肉……………100g
- カレー粉……………大さじ1
- サラダ油……………大さじ1

味付け

- 水……………100ml
- 砂糖……………大さじ1/2
- ウスターソース……………大さじ1
- ケチャップ……………大さじ1/2
- 固形コンソメスープ……………1個
- ローリエ……………1枚

その他

- 米……………300g
(水400mlで炊く)

調理行程

1. 米を炊く
2. 玉葱と人参をみじん切りにする
3. 鍋にサラダ油を入れ、にんにくと生姜を加え、香りが出るまで炒める
4. 野菜を加え炒める
5. 豚挽肉をほぐすようにして加えた後、カレー粉を和えながら炒める
6. 味付けを加えて蓋を閉め煮詰める
7. カレーの水分が完全に蒸発したら盛り付ける

感想

中3の頃に調理実習でやったレシピを自己流にアレンジしてみた。昔よりも手際よく作業することができた。

辛さはカレー粉の分量で自由に調節可能な上、具材も入れ替えてある程度融通が利くため、時間はややかかるがカレー好きな方にはおすすめのレシピになったと思う。

ルーではなくカレー粉を使うため、この点でも本格的な一品になったと感じた。