

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

野菜一日これ一杯で、野菜のうま味が詰まったカレーが作れます。

彩り野菜の無水カレー

調理時間

20分

1人分

640kcal



※写真はイメージです。

冬の旬食材



Vマーク ふなしめじ

+

使ったのはコレ!



カゴメ
野菜一日
これ一杯
720ml

彩り野菜の無水カレー

材料/2人分

合いびき肉	100g
じゃがいも	1/2個
なす	1本
黄パプリカ	1/2個
にんじん	1/3本
玉ねぎ	1/4個
ピーマン	1個
Vマーク ぶなしめじ	1/2パック
ひらたけ	1/2パック
サラダ油	大さじ1
カゴメ 野菜一日これ一杯	300ml
カレールウ	2皿分
ご飯	2人分

作り方

- ①じゃがいも、なす、黄パプリカ、にんじん、玉ねぎ、ピーマンは2cm程度の角切りにする。ぶなしめじ、ひらたけは小房に分ける。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、合いびき肉を炒め、色が変わったら、①の野菜を炒める。
- ③「カゴメ 野菜一日これ一杯」を加え、軽く煮る。火を止めて、カレールウを溶かし、再び火にかけて、とろみがつくまで煮る。