



カルピス®が隠し味! カレー

カレーにちょい足しでまろやかに!

材料 (2人分)

- 豚肉・・・・・・・・・・ 300g
- 玉ねぎ・・・・・・・・・・ 大1個
- にんじん・・・・・・・・・・ 中 1/2 本
- ジャがいも・・・・・・・・・・ 中 2 個
- 「カルピス」(希釈用)・・・・・・・・ 100ml
- バター・・・・・・・・・・ 大さじ 2
- カレールウ・・・・・・・・・・ 1/2 箱
- 水・・・・・・・・・・ 700ml

作り方

- 1 豚肉は2cm角切り、玉ねぎ、ジャがいも、にんじんはそれぞれ一口大に切ります。
- 2 厚手鍋でバターを熱し、豚肉を炒め、こげ色がついたら、玉ねぎとにんじん、ジャがいもを加えて中火でよく炒めます。
- 3 水700mlを加え強火で煮、ひと煮たちしたら中火にして、アクをこまめに除きながら20~30分ほど煮ます。
- 4 いったん火をとめてカレールウを割り入れ(ルウは煮たったところへ入れると部分的に加熱されて、溶けにくくなります。)、よく溶かします。
- 5 再び火にかけ、弱火で20~30分煮こみ、仕上げに「カルピス」(希釈用)を加えて味をととのえます。