

食材2つだけ!

シーフードミックス

×

ミックスベジタブル

冷食活用で簡単!

シーフードカレーピラフ

材料 (2人分)

シーフードミックス(冷凍)・・・120g

ミックスベジタブル(冷凍)・・・50g

温かいご飯・・・・・・・・・・400g

酒・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ1

○カレー粉・・・・・・・・・・小さじ1/2

○洋風スープの素(顆粒)
・・・・・・・・・・・・・・・・小さじ1/3

塩・こしょう・・・・・・・・・・少々

バター・・・・・・・・・・・・・・・・10g

1 フライパンで炒める

フライパンにバターを入れて弱火で熱し、バターが溶けたらシーフードミックスとミックスベジタブルを凍ったまま入れ、中火で1分炒める。

2 味をつける

酒とご飯を入れ、ご飯をほぐしながら炒める。○をふり入れて全体を炒め合わせたら、塩・こしょうで味を整える。

調理時間

5分



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索