

食材2つだけ!

牛こま

×

カット野菜(カレー・シチュー用)

定番おかずをアレンジ

## カレー風味肉じゃが

材料 (2人分)

牛こま切れ肉…………… 100g

カット野菜(カレー・シチュー用)

…………… 1袋(440g)

○しょうゆ……………大さじ1

○みりん……………大さじ1

○カレー粉……………大さじ1

○砂糖……………小さじ2

○和風顆粒だし ……小さじ1/2

サラダ油……………小さじ2

### 1 炒める

深めのフライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、色が変わるまで牛肉を炒める。

### 2 フライパンで煮る

野菜も入れ、全体に油が回ったら水400mlと○を入れる。アクを取り、アルミホイルで落とし蓋をして弱火で15分煮る。じゃがいもに竹串を刺し、柔らかくなったら火を止める。

調理時間

20分



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索