

豆腐のドライカレー

【 材 料 】

		(1人分)
豆腐	…	80g
豚挽き肉	…	20g
人参	…	10g
玉ねぎ	…	30g
グリーンピース	…	6g
カレー粉	…	適量
醤油	…	5g
砂糖	…	2g

【 作り方 】

- ① 人参・玉葱はみじん切りにし炒め、ひき肉を加え炒めカレー粉・砂糖・醤油で調味する
- ② 豆腐はコロコロに切り、①に加え炒める。
- ③ 最後にグリーンピースを加えて出来上がり！

