

カレーピラフの具

材料名	切り方	一人分(g)
鶏肉		30
たまねぎ	みじん	60
にんじん	みじん	15
エリンギ	4割うす	5
炒め油		0.5
トマトケチャップ		1.3
ウスターソース (中濃ソースでも可)		1.5
食塩		0.5
カレー粉		0.6
ワイン (日本酒でも可)		1

つくり方

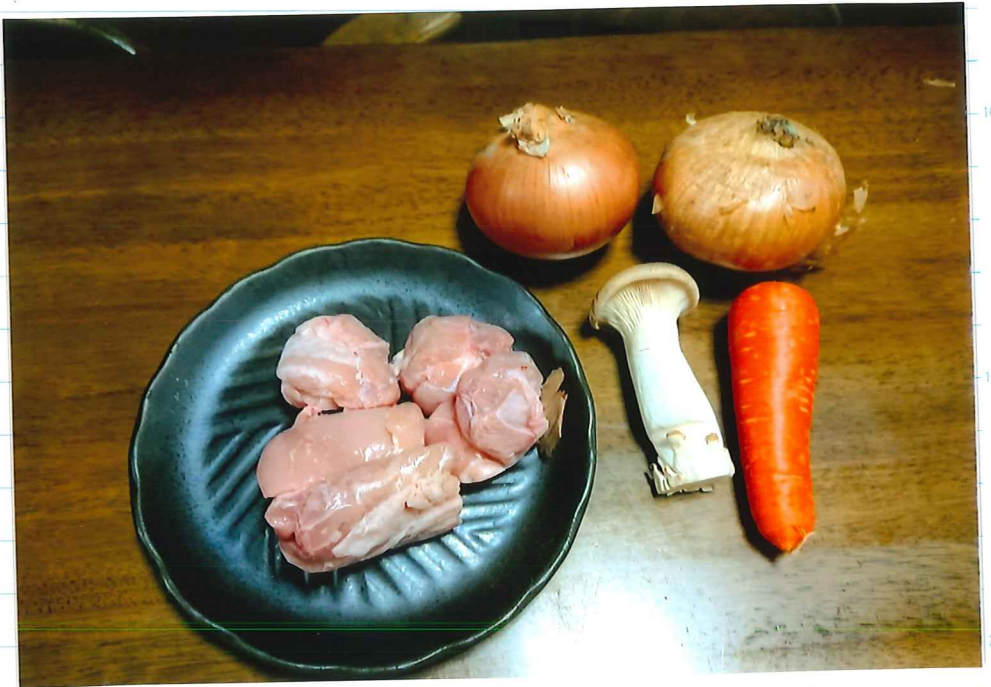
1. エリンギ・にんじん・たまねぎを切る
2. 油を熱し、 $\frac{1}{3}$ 量のたまねぎを炒め、鶏肉を入れ、ワインをふり入れ炒める。
3. (にんじん・残りのたまねぎ・エリンギ)を入れてさらに炒める。
4. 調味料を入れて煮込む。

* 早真は10人前です。

調味料



材料



でき上がり

