



ほうれん草チーズカレー

トロっとしたチーズの食感とカレーのハーモニーが楽しめるカレー



材料（6人分）

カレールウ（甘口）	115 g
豚肉（薄切り）	250 g
玉ねぎ	中2個（400 g）
じゃがいも	中1個+中1/2個（230 g）
にんじん	中1/2本（100 g）
ほうれん草	一束（200 g）
プロセスチーズ（キャンディチーズ）	90 g
サラダ油	大さじ1
ゆで卵	3個
ごはん	1,200 g（6皿分）

作り方

- 【1】 豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、にんじんは一口大に切る。
ほうれん草はゆでで2～3 cmの長さに切る。
- 【2】 厚手の鍋にサラダ油を熱し、【1】の豚肉、玉ねぎ、じゃがいも、にんじんをよく炒める。
- 【3】 水850mlを加え、沸騰したらあくを取り、材料が柔らかくなるまで弱火～中火で約15分煮込む。
- 【4】 いったん火を止め、ルウを割り入れて溶かし、再び弱火で時々かきまぜながらとろみがつくまで約10分煮込み、【1】のほうれん草、キャンディチーズを加えてひと煮立ちさせる。
- 【5】 皿にご飯を盛り、【4】のカレーをかけ、ゆで卵を半分に切り飾る。

ワンポイント

お好みでカレーのトッピングとしてチーズをあとのせするなどさまざまな食感とチーズとカレーのハーモニーをお楽しみください。

