



お星さまのカレー★



材料（5人分）

材料名	数量
豚もも肉角切り	250g
玉ねぎ	1個
サラダ油	大さじ1
水	750ml
カレールウ	1/2箱（100g）
白飯	適量
<飾り>	
にんじん	適宜
さやいんげん	適宜
パプリカ（黄・赤）	適宜

作り方

- 【1】玉ねぎはせん切りにし、サラダ油を熱した鍋でしんなりとするまで炒め、豚肉を加えてさらに炒めます。
- 【2】水を加えてアクを取りながら、15-20分ほど煮込みます。いったん火を止め、ルウを割り入れてよく溶かし、再び弱火でとろみがつくまで煮込みます。
- 【3】にんじんは星形に抜いて茹で、いんげんは茹でて3等分に切り、パプリカ（黄）は細切り、パプリカ（赤）は5mm角に切ります。
- 【4】器に白飯を星形に盛り、まわりにカレーをかけ、【3】の野菜を飾ります。
- ★紙に星を書き、アルミホイルを帯状に折って書いた星に合わせて星型をつくり、白飯を型抜きするときれいな形になります。

