



## 簡単カレードリア



### 材料 (2人分)

| 材料名             | 数量            |
|-----------------|---------------|
| 合いびき肉           | 150g          |
| 玉ねぎ             | 100g (1/2個)   |
| カレールウ (パウダータイプ) | 22.3g         |
| 白飯              | 260g (茶碗軽く2杯) |
| ピザ用ミックスチーズ      | 40g           |

### 作り方

- 【1】 耐熱のボウルに合いびき肉、みじん切りした玉ねぎ、ルウを入れ、スプーンなどで均一になるように全体をよく混ぜます。
- 【2】 軽くラップをかけ、合いびき肉に火が通るまで電子レンジで加熱（600Wで約3分）し、混ぜます。
- 【3】 グラタン皿に白飯を半量入れ、【2】、チーズを半量ずつのせて、同じように2つ作ります。
- 【4】 オーブントースターで焼き色がつくまで焼きます。

