



## カレーつけ素麺



### 材料 (2人分)

| 材料名         | 数量        |
|-------------|-----------|
| そうめん        | 200g (4束) |
| 豚バラ肉薄切り     | 100g      |
| なす          | 小2本       |
| 長ねぎ         | 5cm       |
| サラダ油        | 大さじ1      |
| 水           | 200ml     |
| 麺つゆ (薄めたもの) | 200ml     |
| カレールウ       | 約25g      |

### 作り方

- 【1】 豚肉は食べやすい大きさに切り、なすは乱切り、長ねぎは斜め薄切りにします。
- 【2】 鍋にサラダ油を熱し、豚肉、なすを炒め、水と麺つゆを加えてなすがやわらかくなるまで煮ます。
- 【3】 いったん火を止め、ルウを割り入れてよく溶かします。長ねぎを加え、ひと煮立ちさせます。
- 【4】 そうめんを表示通り茹でて流水でもみ洗いし、ザルに上げて水けをよくきります。
- 【5】 そうめんを温かい【3】のつゆにつけていただきます。

