



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。

