



## カレー風味の鶏じゃが



### 材料 (1人分)

材量名	数量	
鶏もも肉 (一口大)	75g	
じゃが芋 (乱切り)	120g	
人参 (乱切り)	50g	
玉ねぎ (くし切り)	50g	
グリーンピース	10g	
しょうがみじん切り	5g	
A	濃口醤油	20g
	みりん	10g
	酒	10g
	砂糖	8g
	水	75ml
	カレールウ	10g

### 作り方

- 【1】 鍋にサラダ油を熱し、しょうがみじん切りと鶏肉を加えて炒め、肉の色が変わってきたら人参、じゃが芋を加えて炒めます。さらに、玉ねぎを加えて炒め合わせます。
- 【2】 【1】 にAを加えて約15分煮込みます。
- 【3】 【2】 にグリーンピースを加え、いったん火を止めてカレールウを加えてよく溶かし再び火にかけ、約5分煮込みます。