



## 白菜と大根の麻辣カレー



### 材料 (2人分)

材料名	数量
カレールウ	40g
ごま油	大さじ1/2
豚ひき肉	120g
おろし生姜	小さじ1/2
大根	140g
白菜	160g
水	400ml
顆粒鶏がらスープ	小さじ1
ご飯	適量
食べるラー油	適量
粉山椒	適量
香草	適量

### 作り方

- 【1】 大根は7~8mm厚さのいちよう切り、白菜は一口大に切る。
- 【2】 鍋を中火で熱し、ごま油を入れて豚ひき肉、おろし生姜を加えて豚ひき肉の色が変わるまで炒める。
- 【3】 【2】に【1】を加え、軽く炒めたら水、顆粒鶏がらスープを加えて5~6分煮る。
- 【4】 【3】の火を止め、カレールウ〈中辛〉を加え混ぜ合わせてルウを溶かす。再び弱火にかけてとろみがつくまで加熱する。
- 【5】 器にご飯を盛り、【4】をかける。
- 【6】 【5】に食べるラー油、粉山椒をかけ、お好みで香草を添える。

### 【備考】

煮込み時間短縮のため、大根は7~8mm厚さのいちよう切りにしてください。

