

ドライカレー

材料

人参 1本
玉ねぎ 中2個
ピーマン 4個
セロリ 2本

(おじはる)

A

C
B

ミンチ (牛、豚)
にんにく 大3ヶ
生姜 にんにくと同量

100g, 100g

みじん切り

スパイス

(コソ・メ・マギーブイヨン) お湯 約 100cc
溶かす。
カレー粉赤缶 大さじ4杯
カレールー少量 1個
ケチャップ 大さじ4杯
バジル 少量
ローリエ 少量
タイム 少量

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

1
2
3
4
5
6
7
8
9

① 野菜はみじん切り

スピードカッターで細く切る

②

塩 ユニッシュ オリーブオイル
(又はサラダ油)

③

火 加熱 最後
おマイナス量
肉がほぐれるまで

④

ワイン入れたら
ボトルに移す

⑤

合せて
ぬめ

⑥

スパイス
加える

⑦

味の調整は
好みで!

⑧

出来上り