

のだっ子和風スープカレー 材料 (5人分)

鶏ひき肉	100g
豚ひき肉	100g
たまご	1/2個
マヨネーズ	大さじ1と1/2
長ネギ	1/2本
片栗粉	大さじ1弱
酒	小さじ1/2
みりん	小さじ1/2
生姜 (おろす)	少々
塩・こしょう	少々
いりごま (白)	大さじ1
ゴマ油	小さじ1
にんじん	小1本
里芋	3個
大根	5cm
ぶなしめじ	1袋
白菜1/4カット	2枚
長ネギ	1本
うずら卵 (水煮)	10個
かつお節	30g
水	1ℓ
みりん	大さじ1と1/2
しょうゆ	大さじ2
西京味噌	大さじ4
カレー粉	小さじ2
塩	小さじ1/2
こしょう	少々
片栗粉	小さじ2

よくこねる

厚めのいちょう切り

乱切り

厚めのいちょう切り

房を分ける

ザク切り

厚めの小口切り

だしをとる

しょうゆで味噌を溶いておく

西京味噌がない場合は

半量の白みそを使用

水で溶いておく

のだっ子和風スープカレーの作り方

- ① かつお節でだしをとる。
- ② にんじん、里芋、大根、しめじをゴマ油で炒め、だし汁で煮る。
- ③ 肉団子の材料をよくこね、汁に落とししていく。
- ④ 白菜、長ネギを入れ、うずら卵と調味料を入れ、水溶き片栗粉を入れ味を調える。