

## サトイモカレー



### 材 料（4皿分）

|            |        |
|------------|--------|
| サトイモ       | 中4~5個  |
| 米          | 2.5合   |
| 白だし        | 小さじ2   |
| 塩          | 小さじ1/2 |
| 神奈川県産カレールー | 1袋     |
| ショウガ       | 1片     |
| 豚ひき肉       | 100g   |
| ニンジン       | 1本     |
| タマネギ       | 1個     |
| 長ネギ        | 1本     |
| サラダ油       | 大さじ1   |
| めんつゆ       | 大さじ2   |
| みりん        | 小さじ2   |

### 作 り 方

- 1) サトイモは洗って皮をむき、2cm角に切って、塩(分量外)でぬめりを取っておく。
- 2) 米は研いでから炊飯器に入れ、白だし・塩を入れ、2.5合分の水加減をしてサトイモをのせてサトイモご飯を炊く。
- 3) ショウガ、ニンジン、タマネギはすりおろし、長ネギは斜め切りにしておく。
- 4) 厚手鍋にサラダ油を熱し、豚ひき肉を炒め、ショウガを加え、水600ccを更に加え、ニンジン、タマネギを入れて15分煮る。
- 5) 火を止めてからカレールーを入れ、かき混ぜながら弱火で15~20分煮る。
- 6) めんつゆ・みりん・長ネギを加えて5分くらい煮て出来上がり。
- 7) サトイモご飯に、出来上がったカレーをかける。

\* 薬味にミョウガをすし酢に漬けたものをきざんで添えるとよい。