



納豆カレードリア

材料(4人前)

ご飯	4人分
引きわり納豆	2パック
豚もも肉	100グラム
人参	1/3本
玉葱	1/2個
オリーブ油	適量
水	2カップ
カレールウ	2かけ
ピザ用チーズ	50グラム

作り方

- ① 玉ねぎを薄切りにする。
 - ② 人参をいちよう切りにする。
 - ③ 豚肉を一口大に切る。
 - ④ 鍋にサラダ油を入れ、③の豚肉を炒める。
 - ⑤ ④の豚肉に火が通ったら、①の玉ねぎと②の人参を鍋に加え、炒める。
 - ⑥ ⑤の鍋に水を入れ、野菜を煮る。
 - ⑦ 野菜が煮えたら、カレールウを入れ、味を調える。
 - ⑧ ご飯に引きわり納豆を入れ、混ぜる。
 - ⑨ 耐熱容器に⑧のご飯を平らになるように均し入れ、⑦のカレーをかける。
 - ⑩ チーズをまんべんなくのせ、オーブンで焼く。チーズに焼き色が付いたら完成です♪
- 