

ワンパン (フライパンでできる)

カレー〜どりあ♡ (2人分)

(材料)

ごはん 茶碗2杯ぶん
合びきミンチ 150g
卵 2コ
じゃがいも 1コ
ピザ用チーズ 100g

(調味料) オリーブオイル、料理酒

砂糖、塩 コシノコ
カレー粉

(作り方)

- ① じゃがいもは皮をむく
- ② はしからうすくうすく切る
(ハコペラ〜)

- ③ フライパン用意
- ④ オリーブオイルを大さじ2入れる
- ⑤ 中火にかける
- ⑥ 合びきミンチを全部入れる
- ⑦ 色がかわるまでよくいためる
- ⑧ じゃがいもを全部入れる
- ⑨ 30秒いためる

- ⑩ 水 200cc
料理酒 大さじ1
砂糖 大さじ1/2
塩 2ふり
コシノコ 大さじ1/2) 入れる

- ⑪ フタをして5分にこむ
- ⑫ カレー粉 大さじ1を入れる
- ⑬ 3回かきまぜる
- ⑭ 2分にこむ(フタをあげる)
- ⑮ ごはんを全部入れる
- ⑯ フタはせず1分よくいためる
- ⑰ ピザ用チーズをまん中にど〜んとのせる
- ⑱ 卵を1コずつどん どんとゆって入れる(目玉焼きみたい)
- ⑲ フタをして1分30秒
- ⑳ できよし

料理用のバーナーを
もってたら20秒ほど
チーズと卵をあぶって
こけ目をつけるといいかんじ