

# 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 コソソ  
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  
(ペラペラ〜)

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 色が変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  
コソソ 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