

## 【メニュー】 カレークリームシチュー



4人分	
CGCクリームシチュー	1/2箱
Vパックベーコン	3枚
大豆水煮	1袋
じゃがいも	2~3個
にんじん	1/2本
玉ねぎ	2~3玉
トマトケチャップ	大さじ2杯
カレー粉	小さじ2~3



### ◆作り方◆

1. お餅は、1/6の大きさにカットします。  
玉ねぎはくし切りに、ジャガイモ、人参は小さめの角切りにする。  
ベーコンは2センチ幅の大きさに切る。
2. 鍋に、油をひき玉ねぎをしんなりするまで炒め  
残りの野菜とベーコンを入れ炒める。
3. シチューの作り方に書いてある分量の水を入れ  
煮込む。
4. 野菜が柔らかくなったらルーと大豆の水煮を入れる。
5. カレー粉、トマトケチャップを入れ混ぜ合わせ  
味がなじむまで少し煮込み完成



### ◆POINT◆

カレー粉は、多すぎると味が強くなります。  
ケチャップで、味の調整をすると  
カレーとシチューの味のバランスが取れます。