

チンゲンサイのカレー



材料（5～6人分）

チンゲンサイ・・・2～3株
合いびき肉・・・100g
トマトジュース・・・500ml
カレールー・・・適量
水・・・適宜
カレー粉、バター

作り方

- ① チンゲンサイを食べやすい大きさに切る。
- ② チンゲンサイとひき肉を炒める。
- ③ ひき肉に火が通ったらトマトジュースを入れる。
- ④ 水分が不足する場合は適宜、水を追加する。
- ⑤ 煮立ったら火をとめカレールーを入れさらにひと煮たちする。
- ⑥ 最後にお好みで、カレー粉、バターを入れる。