

CURRY S チキンカレー (4皿分)

材料

【キットに含まれるもの】

- A袋 (鶏肉の下味用)
- B袋 (フーケガルニ)
- C袋 (調味スパイス)

【用意いただく食材】

- 鶏もも肉 200g あるいは 鶏手羽元8本
- 玉ねぎ 中サイズ1個
- トマト 中サイズ2個
- 生姜 約40g (右写真参照)
- ニンニク 4カケ
- 食用油 大さじ1.5



つくりかた (時間目安:40~50分)

ステップ **1**
生姜とニンニクをすりおろして、
A袋の中身と共にボウルに入れて、
100mlのお湯で溶かしてください。

2
"1" に鶏もも肉(または鶏手羽元)を
漬け込み、ラップをして冷蔵庫に
入れてください。 ※20分以上。
その間に"3"以降を進めてください。

3
トマトと
玉ねぎをみじん
切りにしてください。

4 鍋に食用油を入れて
B袋の中身を
入れて、弱火
で3~4分ほど
加熱します。



※小さな泡が出てきます。

5 "4" にみじん切りした
玉ねぎを加えて、弱めの中火で
炒めてください。
※目安は10分です。



ステップ **6**
"4" にみじん切りした
トマトを加えて、
鍋に蓋をして弱火で
7~8分加熱。
その後蓋をあけて
トマトを崩してください。

7 冷蔵庫から"2"を出して
C袋の中身と共に
鍋に入れて混ぜ、
蓋をして弱火で10~15分ほど
加熱してください。
ソースにとろみが
出てきたらできあがりです。



CURRY
S
BRAND

SPICE UP YOUR LIFE

<http://currysss.com>