



Kanaco_gogoさん投稿

カレー肉じゃが



材料・分量

1	じゃがいも	大3個
2	にんじん	5センチ
3	たまねぎ	1/2個
4	ピーマン	2個
5	豚ばら肉	150g
6	サラダ油	大さじ1
7	だし汁	100ml
8	砂糖	大さじ2
9	酒	大さじ2
10	みりん	大さじ1
11	塩・こしょう	少々
12	カレー粉 ※お好みで調整	小さじ4-5

和風でよくいただく肉じゃがを子供が好きなカレー風味にして、じゃがいもだけではなく、子供の嫌いなにんじんやピーマンまで食べてもらえるお手軽肉じゃがです！

準備時間 **5** 分 + 調理時間 **10** 分

総調理時間 **15** 分

ジャンル **洋風** | **4** 人分

調理手順

使用ボタン



- じゃがいもは、一口大に切り、水にさらしてから、水気をきる。にんじんはイチョウ切り、ピーマンは乱切り、たまねぎはくし型切りにする。(にんじんは乱切りでも可) 豚バラは食べやすいサイズに切っておく。
- 手順1の材料と、サラダ油大さじ1をなべに入れ、『マニュアル調理』の『炒める』を押し、肉の色が変わるまで炒める。
- だし汁、砂糖、酒、みりんをなべに入れ、『マニュアル調理』の『圧力調理』で3分
- 『圧力調理』が終わったら、仕上げに塩・こしょう少々とカレー粉を加え、『マニュアル調理』の『煮込む』で1分、カレー粉が万遍なく、混ざったら出来上がり。※カレー粉や塩・こしょうはお好みで調整ください。※お好みで煮込む時間を調整ください。

炒める

圧力調理

煮込む