

手羽元ごろっとカレー

アレルギー/小麦・乳成分

【材料】(約3～4人用)

鶏手羽元 8本 じゃが芋 4個

人参 小1本 玉葱 1個

カレールウ〈甘口〉 120g 水…800ml

ホットスパイス 1袋

※赤字の材料はご自宅でご用意ください。



調理例

森林どり使用

「森林エキス配合」の餌で育てられているため、肉質が良く、美味しい鶏肉になります。

作り方

- ①野菜はひと口大に切る。
- ②鍋に油を熱して鶏手羽元を入れて炒め、焼き色がついたら、野菜を全て入れて炒め、水を入れて蓋をして煮、沸騰したら、アクを取りながら弱火～中火で煮る。
- ③②に火が通ったら、火を止め、ルウを加えて混ぜ、再び弱火にかけてホットスパイス(お好みで加減)を加えてさっと煮る。

