

## キングカレールウ甘口 を使用した

# ポークカレー

シンプルで食べやすいポークカレーです。

もし辛味が強すぎる場合は  
カレー粉の種類を甘口に変えてお使い下さい。



### 材料 4人前

豚バラ肉（細切れ）	80 g	※ キングカレールウ甘口	80 g
玉ねぎ（薄切り）	80 g	※ カレー粉（GE）ST	5 g
にんじん（いちょう切り）	60 g	水（スープ）[最終水分量]	480 cc
※ おろし生にんにく	2 g	中濃ソース	10 cc
サラダ油	適量	トマトケチャップ	10 cc
ご飯	800 g		
豆苗	適量		

### 作り方

- ① にんにく、玉ねぎ、豚肉、にんじんを順にサラダ油で炒めます。
- ② 加水して、①の具材を煮込みます。
- ③ 一度火を止め、分量を量り取ったスープでルウを溶き、カレー粉、中濃ソース、トマトケチャップを加えて一煮立ちさせ具材を戻してさらに少し煮込みます。
- ④ 皿にご飯を盛り付けて豆苗をトッピングし、③のカレーソースをかけて出来上がりです。