

じゃが芋のカレーきんぴら



材 料 (4人分)

・じゃが芋	150g(中1個)
・人参	50g(1/4本)
・玉葱	1/2個
・ピーマン	1/2個
・赤ピーマン	1/2個
・カレー粉	小さじ1/2
・塩	ふたつまみ
・砂糖	ひとつまみ
・醤油	小さじ1
・油	大さじ1/2

} A

作 り 方

1. じゃが芋・人参は皮をむき、ピーマン・赤ピーマンは、種を取って短冊切りします。
2. 玉葱はくし切りにします。(スライスでも可)
3. 調味料のAを混ぜ合わせます。
4. フライパンに油を引いて、人参・じゃが芋を炒め人参が柔らかくなると玉葱を入れ、透明になるまで炒めます。
5. 全体に火が通れば、Aの調味料、赤ピーマンを入れ炒めます。
最後にピーマンを入れ炒め、味を整えたら出来上がりです。

