**ホワイトカレーアレンジレシピコンテスト応募レシピ5**

|  |  |
| --- | --- |
| フリガナ | セキハンヲツカッタコウハクカレー |
| 料理名 | 赤飯を使った紅白カレー |
| 〈料理の紹介〉  コンセプトと  セールスポイントなど | 八雲産の風の子もち米の赤飯とホワイトカレーで少しおめでたい日に子供も喜ぶ紅白カレー、軟白ネギや季節野菜を素揚げして彩りアップしたり、具材の変更で多種多様に楽しめるカレーです。今回は基本通りのルーに、軟白ネギと人参・ナス・ピーマンの素揚げを乗せました。 |
| 主な食材 | 風の子もち（もち米）、八雲健康豚肉、軟白ネギ、じゃがいも、人参、玉ねぎ |
| 材料と分量  （１人分） | ・風の子もち（32円）　　　　　　･･･70g  ・八雲健康豚肉（モモ）（42円）　 ･･･40g  ・軟白ネギ（15円）　　　　　　　･･･15g  ・じゃがいも（4円）　　　　　　　･･･36g  ・人参（8円）　　　　　　　　　　･･･26g  ・玉ねぎ（7円）　　　　　　　　　･･･48g  ・牛乳（8円）　　　　　　　　　　･･･40g  ・食紅　　　　　　　　　　　　　　･･･少々  ・ナス（20円）　　　　　　　　　･･･1/2本  ・ピーマン（10円）　　　　　　　･･･1個  ※材料費（　146　）円 |
| 作り方 | ①　肉、玉ねぎ、人参（分量の2/3）を少し小さめの乱切りにして焦げ目がつかない程度に鍋で炒める。  ②　じゃがいもを乱切りにして鍋に入れ、水（40g）を中火で加熱、沸騰したら弱火にして15分加熱する。  ③　ホワイトカレールーを加え混ぜながら沸騰したら牛乳を加え軽く混ぜ、沸騰したら火を止める。  ④　赤飯は丸型に成型し皿の中央へ置き、その周りにホワイトカレーをかけ、輪切りにした人参（分量の1/3）と軟白ネギ、ナスのスライス、ピーマンの半切りを素揚げしてカレーに添える。  　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　※調理時間（　40　）分 |