

さつまいものカレーきんぴら

甘いさつまいもにカレー粉がアクセント



材料(4人分)

さつまいも	……	1本
にんじん	……	1本
カレー粉	……	小さじ1/2
しょうゆ	……	大さじ3
酒	……	大さじ3
塩	……	小さじ1/2
なたね油	……	大さじ1

作り方

- 1 さつまいもは4-5cm 長さの少し太めの棒状に切り水にさらす。にんじんも同じくらいの大きさに切る。
- 2 鍋に油を入れて加熱し、水気をきったさつまいも、にんじん、カレー粉を入れさっと炒める。
- 3 2に酒、しょうゆを入れてふたをして、8分程度蒸し煮する。最後に塩を入れさっと煮る。