

## 豚じゃが カレー風味

香ばしいカレー風味が食欲をそそります



### 材料(4人分)

豚バラ肉	.....	200g
じゃがいも	.....	3個
にんじん	.....	1本
玉ねぎ	.....	1個
しめじ	.....	1/2パック
しいたけ	.....	2枚
カレー粉	.....	大さじ1/2
塩	.....	少々
なたね油	.....	大さじ1
<A>		
しょうゆ	.....	大さじ1
酒	.....	大さじ1
みりん	.....	大さじ1
砂糖	.....	大さじ1

### 作り方

- 1 じゃがいもは皮をむき、乱切りし、水にさらす。  
にんじんは小さめの乱切りにする。たまねぎはくし形に切る。しめじは石づきをとり、ほぐす。豚バラ肉は3cmくらいに切る。
- 2 鍋になたね油を熱し、豚バラ肉を炒める。
- 3 肉の色がかわったら、玉ねぎ、じゃがいも、人参を炒めあわせる。
- 4 全体に油が馴染んだら、カレー粉を入れ炒める。
- 5 ひたひたになるくらいまで水をそそぎ、煮立てる。アクをとって調味料Aを加え落としふたをして中火で15分程度煮る。
- 6 落としふたをとり、しめじとしいたけを加える。煮汁がいきわたるように鍋をまわし1-2分煮る。