

もやしと人参のカレー炒め

カレー粉で、いつもと
違う味付けに♪

材料【4人分】



- もやし・・・1袋
- 人参・・・1本
- ごま油・・・大さじ1
- カレー粉・小さじ2
- しょうゆ・・・小さじ2
- みりん・・・小さじ1
- 塩・・・・・・・少々

作り方

- ① 人参は細切りにして電子レンジ600Wで1分30秒程加熱する。
- ② もやしは洗ってザルで水気をきる。
- ③ フライパンにごま油をひき、人参・もやしの順に炒める。
- ④ ★の調味料を加え軽く炒め、最後に塩で味を調える。