

ドライなカレーうどん



材 料 (2~3人分)

米粉入り麺(1袋), 合挽き肉(200gくらい), 玉葱(大1個), ジャガイモ(中1個), ニンニク(1片)
市販のカレールー(2片), 水(200CCくらい), 醤油(大さじ1/2), 麵つゆ(大さじ1/2), ローリエ(1枚)
飾り用: トマト(1/2個), レタスの葉(2~3枚), 卵黄(人数分)

作り方

玉葱とニンニクをみじん切り, ジャガイモをサイコロ形に切る。(切ったジャガイモは水にさらしておく。)
玉葱とニンニクをフライパンで炒めて, 透明になってきたら, ひき肉を入れて色が変わるまで炒め, ジャガイモを入れて軽く炒める。
フライパンに水とローリエを入れて10~15分煮込む(途中, アクをとる)。
ジャガイモがやわらかくなったら, 火を止めてカレールーを溶かし入れる。醤油と麵つゆも加え, 再び弱火で焦げないように煮込む。
熱湯が入った鍋で米粉入り麺を7分ゆでる。
麺を茹でている間に飾り用のトマトをくし切り, レタスの葉を食べやすい大きさに千切る。
麺が茹で上がったら, ザルにあけて冷水でしめて, 水気を切る。
皿にうどんを盛り, カレーをかけて, トマト, レタス, 卵黄を彩りよく飾れば出来上がり。

ワンポイントメモ

「米粉入り麺」の代わりに「細うどん」でもOK。
野菜はみじん切りにしたり, すりおろせば, 色々入れられます(人参, ピーマンなど)