



おだしの夏野菜カレー

だしパックでルーいらずの本格インドカレーが出来上がり！お家にある野菜やお肉で作ってください。

材料（3-4人前）

おだしのパックじん（黄） 2パック

水 800cc

トマト 大きめ2個

茄子 2本

豚細切れ 200g

京のしろだし 大さじ1

サラダ油 大さじ1

生姜 15g

にんにく 1かけ（約15g）

塩 1g（炒める用）

カレー粉 大さじ2

味醂 大さじ1

濃口醤油 大さじ1

塩 お好みで

作り方

- 1 茄子は半分に切って皮目に格子状の切れ目を入れ、半月切りにする。トマトは乱切りに、にんにく・生姜は粗みじん切りにする。
- 2 豚肉は食べやすい大きさに切り、京のしろだしをかけて揉み込む。
- 3 フライパンにサラダ油を熱し、にんにくと生姜を炒めて香りを出す。
- 4 茄子と塩を加え、焼き目がつくまで炒める。豚肉を加え、ほぐしながら炒める。トマトも加えてさらに炒める。
- 5 カレー粉を全体にふりかけ、よく馴染ませる。
- 6 水とだしパックの粉末を加えて煮立たせる。
- 7 更に濃口醤油・みりん・塩で味を調えて全体がクツクツしたらできあがり
＊塩加減は味見しながら調整してください。
＊とろみを付けたい方はジャガイモをすりおろして入れてください

このレシピで使った商品



おだしのパックじん（黄）
京のしろだし