

# ひだかnoレシピ ~2024夏~

レシピ名	日高の夏カレー	部門	小・中 義務教育学校(3)年
材料		調理手順	
例) じゃがいも中5個		例) ①じゃがいもは皮をむき、4等分に切る。	
たまねぎ	5こ	たまねぎとじゃがいもをみじん	
ピーマン	1本	かりにする。	
ひき肉	1パック	ひき肉とじゃがいも、キニ	
カレーのルー	1缶	マカレーをつくる。	
ナス	2本	ナスとオクラとじゃがいも	
オクラ	8本	をあける。	
トマト	10こ	おせらにごはんをのせて	
じゃがいも	5こ	カレーをかけてやい	
ゆでたまご	3こ	かきあげる。できあがり	
ごはん	3こ		

