

オーサワ スパイス香る カレールー

甘口

動物性原料不使用の植物性ルー
小麦粉の代わりに
特別栽培米の国産玄米粉使用



カレーの作り方(参考例)

材 料 カレールー(120g)、玉ねぎ1個、じゃがいも1個、人参1本、水600cc、植物油大さじ1

- 作り方**
- ① 厚手の鍋に油を熱し、一口大に切った野菜を入れてよく炒めます。
 - ② ①に水を加えて加熱し、沸騰したら材料が柔らかくなるまで煮込みます。
 - ③ 一度火を止めてからルーを入れ、溶かします。
 - ④ 再び火をつけ、弱火でかき混ぜながら5分ほど煮込むと出来上がりです。