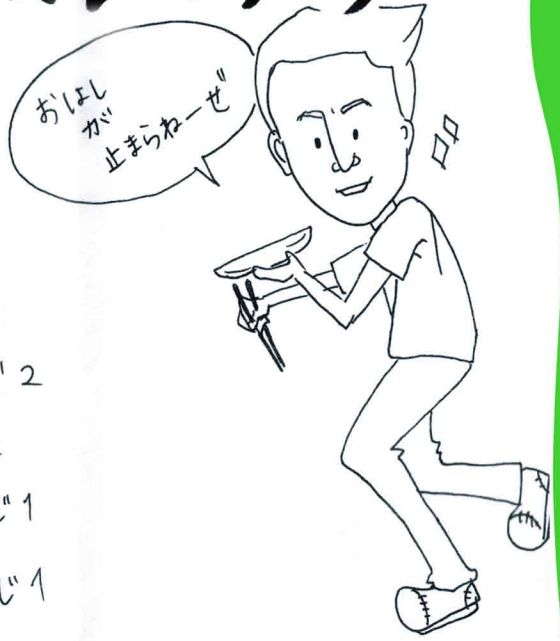


# ズッキーニのカレー炒め!!

## 材料

- ズッキーニ 2本
- 油 大さじ1
- ・ カレー粉 小さじ1
- ・ めんつゆ 大さじ2
- ・ 水 50cc
- ・ みりん 大さじ1
- ・ 砂糖 小さじ1



- ① ②印をあわせておきます。
- ② ズッキーニを輪切りにします。
- ③ 油のいたフライパンで炒めます。
- ④ 両面こんがりやけたら②印の調味液を投入!!
- ⑤ 焦がさないようににフめます。
- ⑥ お皿に盛りつけお好みで白ゴマをふります。