

東北の
味!!

芋煮カレー!!

ホク
ホク♥

<材料> 2人分

- ・ 芋煮 お腕 2杯分
- ・ カレー粉 1片

《芋煮の材料》

- ・ 里芋 10個
- ・ 大根 1/4本
- ・ こんにやく 1袋
- ・ 牛肉 150~200g
- ・ 豆腐 一丁
- ・ 長ネギ 2~3本
- ・ 本ダシ 少々
- ・ 醤油 適量
- ・ 酒 100cc
- ・ 砂糖 適量

<作り方>

- 1) 芋煮とカレー粉を入れて温め溶かしてでき上がり!!
- 2) 芋煮は大根・里芋を茹で、火が通ったらこんにやくを入れ、砂糖・酒・しょうゆで味付け。
(醤油がpoint!!
味噌NG×)
- 3) 牛肉と豆腐・ネギを加え、味を軽く出来あがり。

(豚NG, 牛OK)

本場 山形県では

肉は牛肉、醤油ベースが鉄則