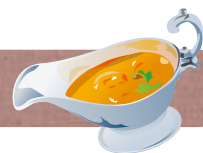


雪国きのこのチキンカレー



🍴 1人分(カレーのみ)/約486kcal

材料 🍴 (4人分)

雪国まいたけ・・・1パック

雪国えりんぎ・・・1パック

鶏モモ肉・・・500g

トマト水煮・・・2缶

牛乳・・・200cc

バター・・・60g

塩・こしょう・・・少々

A カレー粉・・・大5

ヨーグルト・・・200cc

おろしにんにく・・・小2

おろししょうが・・・小2

塩・・・少々

作り方 🍲

- 1 雪国きのこは食べやすい大きさにさく。
- 2 鶏モモ肉はひと口大に切り、合わせたAに30分程漬け込む。
- 3 鍋にトマト水煮、バター、(1)を入れて火にかけ、沸騰したら(2)をすべて加えに込む。
- 4 (3)に牛乳を加え、塩・こしょうで味を調える。