

ほうれん草ときのこのドリリア

ドライカレー



材料 2皿分



作り方



ドライカレー	1袋
水(熱湯)	160g
ホワイトソース	160g
牛乳	160g
コンソメ	小さじ1
ほうれん草	100g
しめじ	60g
オリーブオイル	4g
ピザチーズ	40g

- 1 ドライカレーに規定量の熱湯を加え、戻す。
- 2 ホワイトソースを開缶し、ソースを鍋にうつし、牛乳、コンソメを加えてのばす。
- 3 ほうれん草は3cmにカットし、シメジとさっと炒める。
- 4 ソースに③を合わせる。
- 5 ドライカレーをグラタン皿に盛り、ピザチーズをかけ、オーブンで焼き上げる(200°C 10分)。
- 6 仕上げにドライパセリを散らす。