

【スパイシー丸山考案】

こしがや玉ねぎキーマカレー

越谷の玉ねぎを美味しく楽しむことができる
キーマカレー。

カレー粉ベースなので、材料揃えるのも
とっても簡単！



作り方

- ①まずインドの玉ねぎの漬物「玉ねぎアチャール」を作ります。
玉ねぎを5ミリ幅にカットし、材料を全てビニール袋などに入れ、混ぜ合わせるようにもみ込みます。1~2時間寝かせるだけで完成です。※辛さが苦手なら一味唐辛子を少量に変更してください。
- ②次はキーマカレーを作っていきます。鍋に油をひき、玉ねぎを炒めます。切り方はスライス、みじん切りお好みで。
- ③中火で10~15分炒め、アメ色になったらニンニクとショウガを入れ1分炒めます。
- ④カットトマト缶を入れ2分炒めます。
- ⑤カレー粉と一味唐辛子を入れ1分炒めます。
- ⑥ひき肉を入れて5分ほど炒めます。
- ⑦牛乳と水を入れ、かき混ぜながらなじませて、フタをして5分煮込みます。
- ⑧最後に塩で味を調えてキーマカレーは完成です。
- ⑨ご飯を円形に盛り、キーマカレーをかけ、事前に作っておいた玉ねぎアチャールを乗せると「越谷玉ねぎキーマカレー」の出来上がりです。

memo

玉ねぎアチャールの玉ねぎは水にさらさなくても大丈夫です
鶏ひき肉を使う場合は3分ほど炒めましょう

材料

＝越谷玉ねぎキーマカレー（3人前）＝
ひき肉（鶏、豚、合挽、何でもOK） 300g
越谷玉ねぎ 中サイズ 1個
カットトマト缶 半缶
ニンニク（チューブ） 2g（4cm程度）
ショウガ（チューブ） 2g（4cm程度）
牛乳 100cc
水 100cc
塩 小さじ1弱
油 大さじ2~3
カレー粉 大さじ3
一味唐辛子 小さじ1/4~1

＝玉ねぎアチャール（4人前）＝
越谷玉ねぎ 100g（中1/2個弱）
一味唐辛子 小さじ1/2
レモン果汁 小さじ1
塩 小さじ1

【スパイシー丸山考案・追加レシピ】

こしがや玉ねぎチーズ キーマカレー

こしがや玉ねぎキーマカレーにチーズをトッピングしたチーズ好きの皆さんへのレシピ！

とろけるスライスチーズをたっぷり使い、トロトロのチーズソースで大満足な一品です。



作り方

- ①とろけるスライスチーズをほどよい大きさにちぎって、電子レンジに対応した容器に入れます。
- ②容器に牛乳を加え、電子レンジ（600w）で30～40秒ほど加熱します。
- ③加熱が終わったら、なめらかになるまでかき混ぜます。
※溶け切っていなかったら再度電子レンジで加熱して調整しましょう。
- ④完成したチーズソースをキーマカレーに豪快にかけると【こしがや玉ねぎチーズキーマカレー】の完成です。

材料

こしがや玉ねぎキーマカレー
(作り方は1ページ目をご覧ください)

=チーズソースの材料〈1人前〉=

とろけるスライスチーズ	3枚
牛乳	大さじ2

memo

お好みでピンクペッパーとドライパセリを散らしてください。
電子レンジの加熱時間はあくまで目安です。加熱しすぎると分離してしまうので様子を見ながら加熱しましょう。