



「ココナッツミルクカレー」

2人分

材料



- A**
- 鶏肉・・・200g(一口大に切る)
 - なす・・・1本(薄切り)
 - ピーマン または パプリカ・・・2個(縦に6等分に切る)
 - *あれば、たけのこを加えるとよりおいしい
 - しめじ・・・50g
 - ココナッツミルク・・・400cc
 - 水・・・150cc

鳥取カレーの素<黄>・・・40g

- B**
- ナンプラー・・・20cc
 - レモン汁・・・小さじ1
 - チリパウダー または 一味唐辛子・・・少々

作り方

- 鍋に**A**を入れ、沸騰したらふたをして弱火で5分煮る。
- 火を止めて**鳥取カレーの素<黄>**を加え、弱火でとろみがつくまで煮、**B**を加えて仕上げる。

◇ココナッツミルクの代わりに豆乳で作ることもできます。

その場合は、作り方1でココナッツミルクを除き、作り方2で**B**と一緒に豆乳を加えてください。

◇チリパウダー または 一味唐辛子の代わりに青唐辛子を加えると、本格的な味わいに。