

ポリ袋カレー つくりかた

材料 ◆お米^{こめ} 80g ◆ソーセージ^{ほん} 2本 ◆玉ねぎ^{たま} 1/8こ
◆にんじん 1/4本 ◆じゃがいも 1/4こ ◆ルー 1かけ

【お米の準備^{じゅんび}】

- お米と水90ccをポリ袋に入れ、袋をしぼる
*しぼる位置は袋の口に近い方^{いちほう}



【カレーの準備】

- ①野菜とウインナーを一口サイズに切る^{やさいひとくち}



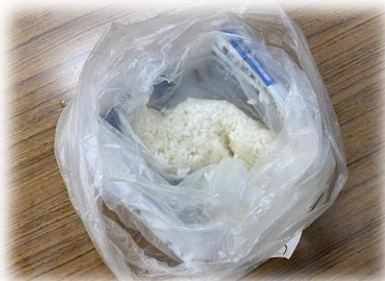
- ②ポリ袋に「水100cc・ルー・具材」を入れてもみ、袋をしぼる^{くざい}
*お米の時としぼり方はおなじ^{ときかた}



- ③お湯がわいたら、お米とカレーを弱火で15分火にかける
*耐熱皿をナベに入れておく（袋がとけないように）^{たいねつざら}



- ④火をとめて、ふたをしたままさらに15分おいておく



- ⑤お皿にうつして完成！！^{かんせい}

