



30分

# 豚肉とピーマンのカレー炒め

豚肉の旨味と人気のカレー味でピーマンが美味しく食べられます！



パプリカを使用することで彩もきれいに仕上がります。  
野菜が苦手でもモリモリ食べやすいメニューです。

## 材料：4人分

豚肉	200 g
ピーマン	2 個
パプリカ	1/4 個
玉ねぎ	1/2 個
にんじん	2 cm
油	小さじ2
醤油	小さじ1と1/2
みりん	小さじ1
塩	少々
カレー粉	少々

## 作り方

- ① 豚肉を2cm幅に切る。
- ② 玉ねぎを薄切り、他の野菜は千切りにする。
- ③ フライパンに油をひき、①②を炒める。
- ④ 全体に火が通ったら、調味料を加えて全体に味を馴染ませたら出来上がり。

\*味付けはお好みで加減して下さい！



社会福祉法人  
聖隷福祉事業団