

# カレーミートソーススパゲティ

30分

子どもたちに大人気なミートソースにカレー味をプラスしました！



材料	作りやすい量
スパゲティ	300 g
豚挽肉	200 g
玉ねぎ	1 個
人参	5 cm くらい
マッシュルーム	1 パック
油	大さじ 1
カレールウ	50 g
ケチャップ	大さじ 3
ソース	大さじ 1
塩	少々
水	1 と 1/2 カップ

## 作り方

- ① 玉ねぎ、人参をみじん切り、マッシュルームは食べやすく切る。
- ② スパゲティは分量外の塩を加えた熱湯で、表示時間どおりに茹でておく。
- ③ 油で豚挽肉と①をしっかり炒めて、しんなりしたら水を加えて煮込む。
- ④ 軟らかく煮えたら、調味料を加えてとろみをつける。
- ⑤ 茹でておいたスパゲティに、④をかけて出来上がり！

\*家庭で作りやすい調味料に変更しています。  
味つけはお好みで加減してください。

マッシュルームは他のきのこ類でもおいしいですよ！



社会福祉法人  
聖隷福祉事業団  
Seirei Social Welfare Community