

やわらかカレーピラフ



材料	分量 (1人分)
----	----------

やわらかごはん	1パック
---------	------

お弁当用カレー	1本
---------	----

ケチャップ	小さじ1/2
-------	--------

タマゴ	1個
-----	----

牛乳	大さじ2
----	------

マヨネーズ	小さじ2
-------	------

砂糖	小さじ1
----	------

塩…少々、粉パセリ…お好みで

つくりかた

- ①ボウルに温めたパックごはん、お弁当用カレー、ケチャップを入れてよく混ぜ合わせる
- ②別のボウルにタマゴを割りほぐし、○の材料を入れてよく混ぜ合わせる。
- ③フライパンに油を熱し、②の卵液を流し入れ、へらで大きくかき混ぜて半熟状態で火を止める
- ④器に①のご飯をよそい、③の卵を乗せてできあがり

普段やわらかいご飯を召し上がっている方でも味つけご飯をおいしく食べることができます。

お弁当用のカレーは普通のレトルトカレーと異なり、温めなくてもくちどけよく食べられます