

# すりおろしたまねぎのカレースープ鍋



## 材料と分量

たまねぎ・・・800g(4個)	めんつゆ・・・200cc
ねぎ・・・300g(3本)	カレー粉・・・大さじ3
水菜・・・100g(1/2束)	カレールウ・・・1かけ
鶏むね肉・・・250g	水・・・800cc
厚揚げ・・・150g	粉チーズ・パセリ・・・お好みで
オリーブオイル・・・大さじ1	

## 作り方

- ①たまねぎの半量はすりおろすかフードプロセッサーにかけ、残りは1cm幅に切る。ねぎは斜め切りに、水菜は4cm幅に、鶏肉と厚揚げは1口大に切る。
- ②オリーブオイルを熱し、すりおろしたまねぎを飴色に炒め、めんつゆ、カレー粉、カレールウ、水、残りのたまねぎ、ねぎ、鶏肉を入れて煮込みます。
- ③最後に水菜を足して出来上がり。お好みで粉チーズとパセリをかけていただきます。