

## ナスのカレードリア



|      |          |
|------|----------|
| 調理時間 | 20分      |
| カロリー | 1731kcal |

### 材料 (2人分)

|            |      |
|------------|------|
| 合挽き肉       | 100g |
| レトルトカレー    | 2人分  |
| なす         | 1~2本 |
| (A)        |      |
| オリーブオイル    | 大さじ1 |
| 塩、こしょう     | 少々   |
| ピザ用ミックスチーズ | 80g  |
| ごはん        | 1合   |
| パセリ        | 適量   |

### 作り方

- 1 ココットにご飯をよそい、高さが均一になるようにする。挽肉、レトルトカレーをよく混ぜ、ごはんの上にかける。
- 2 なすを輪切りにして(1)にのせ、(A)をふりかける。全体にピザ用ミックスチーズを散らす。
- 3 ふたをして「ココット・タイマー設定15分」にセットし、加熱する。焼きあがったら仕上げにパセリを散らす。

市販のレトルトカレーを使って、本格派の1皿に。とろりチーズとひき肉で、食べ応えもしっかり。