

## レッドカレー



調理時間

40分

材料

(4人分)

|                  |         |
|------------------|---------|
| 鶏モモ肉             | 400 g   |
| たけのこ             | 50 g    |
| しいたけ             | 4枚      |
| ニンニク             | 1片 (5g) |
| 生姜               | 1片 (5g) |
| 赤パプリカ            | 1個      |
| ナス               | 1/2本    |
| ピーマン             | 1個      |
| (A)              |         |
| レッドカレーペースト       | 15 g    |
| コンソメスープ          | 50ml    |
| ココナッツミルク         | 200ml   |
| ナンプラー            | 10ml    |
| 砂糖               | 小さじ 1   |
| バイマクルー (こぶみかんの葉) | 2枚      |
| レモングラス (ドライなら1g) | 1本      |
| ご飯               | 4人分     |
| アーモンドダイス         | 適宜      |

## 作り方

- 1 鶏モモ肉は一口大に切り、たけのこは薄切り、しいたけは4つに切る。ニンニク、生姜はみじん切りにする。赤パプリカ、ナス、ピーマンは乱切りにする。
- 2 ボウルに(A)を入れて良く混ぜる。
- 3 ココットダッチオーブンに(1)、(2)とバイマクルーとレモングラスを斜めぶつ切りにして入れ、蓋をしてグリルに入れる。
- 4 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを15分に設定して点火する。消火後、そのままグリルの中で10分余熱する。
- 5 器にご飯を盛りつけ、(4)をかける。アーモンドダイスを散らし、いただく。