

# 8月旬のおすすりめレシピ

## たっぷり夏野菜のコク旨トマト味噌カレー

旬の夏野菜をたっぷり食べて残暑を乗り切りましょう。

### ●材料

豚肉	200	g
玉ねぎ、ピーマン	1	個
茄子	2	本
トマト	1	個
市販カレールー	0.5	箱
水	適量	
サヌキ白みそ	大さじ	1



### ●作り方

トマトを湯むきし、くし切りにしておく。他の野菜は適宜カットする。  
深鍋にサラダ油を熱し、豚肉と玉ねぎを炒める。  
火が通ればトマト以外の野菜を入れて更に炒める。  
材料に火が通れば指定量の水を入れて煮込む。  
あくを取り、白みそを溶く。火を止めカレールーを入れて溶かす。  
更に弱火で煮込み、仕上げにトマトを入れてひと煮たちして完成。

創業1931年



株式会社イトツミソ

〒769-1603 香川県観音寺市豊浜町和田甲229

TEL 0875-52-3030 / FAX 0875-52-6230