

トマトカレー（お好みの具と組み合わせてバリエーションも豊富に！）



《材料》

・たまねぎ	600 g	くし形の薄切り
・サラダ油	30 g	
・バター	50 g	
・しょうが	50 g	すりおろす
・小麦粉	20 g	
・カレー粉	30 g	
・ガラムマサラ	2 g	
・コリアンダーパウダー	4 g	
・ターメリック	2 g	
・コンソメスープ	800 c c	
・トマト	300 g	湯むきして手でつぶす
・ローリエ	2枚	
・トマトケチャップ	大さじ2	
・ウスターソース	小さじ1	
・塩	少々	

《作り方》

1. フライパンにサラダ油とバターを熱し、しょうがを炒める
2. 香りが出てきたらたまねぎを加えてさらに炒める
3. 軽く炒めた玉ねぎを65mmホテルパンに入れ、コンビ100%160℃20分で予熱完了後のスチコンで加熱する
4. 加熱後の玉ねぎをフライパンに戻して火にかけ、小麦粉を加えて軽く炒める
5. カレー粉、ガラムマサラ、コリアンダーパウダーを加えて軽く炒める
6. 香りが出てきたら65mmホテルパンに入れ、コンソメスープを少量ずつ加えてなじませ、トマト、ローリエ、トマトケチャップ、ウスターソースを加えて混ぜ合わせる
7. コンビ100%160℃30分で予熱完了後のスチコンで加熱する
8. 加熱完了後、塩で味を調える