

## 5

# 素敵にリメイク！ スパニッシュ オム ピラフ カレー風味

食べきり  
ポイント  
(工夫した点)

冷蔵庫に残った野菜を使いきる事とカレーの残り物のリメイク

おいしさポイント

味つけはシンプルですが、素材の甘みなどと彩りでおいしさUP！！

エピソード(考案のきっかけ)

我が家でよく残る野菜と作りすぎたカレーの残りを彩り良くスピーディーにリメイクしたい！！！！



## 【材料・分量】

### (2人分)

- ・ タルト型
- ・ 残りもののカレー  
お茶わん一杯
- ・ チューブバター  
大さじ1/2
- ・ コンソメ 大さじ1/2
- ・ だししょう油 小さじ1
- ・ 残りものの野菜  
(ブロッコリー1/4株、ミニトマト4個、アスパラガス3本、じゃがいも1個、ウインナー2本、卵3個、)
- ・ チューブバター 適量
- ・ 塩、こしょう 少々

## 【作り方】 (25分)

A : カレー風味ピラフ

1. 米1合を洗って、少し少なめの水と一緒に炊飯器の中に入れる。
2. 残りもののカレーとチューブバターとコンソメと隠し味のだししょう油を入れてまぜて炊く。

B : スパニッシュオムレツ

1. ブロッコリーを適当に小さくして、アスパラガスは、3~4cmに切ってじゃがいもは7mm厚さに切って同じ鍋で3~5分ゆでる。
2. ミニトマトは半分に切り、ウインナーは輪切りにする。
3. ボウルに卵と塩、こしょうを入れまぜる。
4. タルト型にチューブバターをぬります。
5. 4に1を並べて、3を流しこんで2を並べます。
6. コンロの両面焼グリルで11分焼く。

Bを半分取りのけて、Aをよそって完成。