



Recipe


バターチキンカレー

((2~3人分))



sakae's cuchi rohan



材料 
((2~3人分))

●作り方●



① 釜高にバターと
④を入れ弱火に
かけスパイスの香
りが立つまで加熱
する。



② ②を加え
弱火のまま木べら
でこげつかないよう
ませながら5分程
加熱する



③ ②にトマトピューレと
③を加えさらに
木べらでこげつかないよう
ませながら加熱する。

- ・鶏もも肉(1羽) ... 400g
- ・バター ... 40g
- ・ローリエ ... 1枚
- ④ ・カルダモン(ホール) ... 4粒
- ・クローブ(ホール) ... 4粒
- ・シモンステック ... 1/2本
- ⑤ ・玉ねぎみじん ... 中1/2個
- ・おろしにんにく ... 15g(2片)
- ・おろししょうが ... 15g
- ・トマトピューレ ... 100g
- ⑥ ・ターメリック ... 小さじ1
- ・ガラムマサラ ... 小さじ1
- ・チリパウダー ... 小さじ2
- ・生クリーム ... 100g
- ・プレーンヨーグルト ... 50g
- ・塩 ... 適量



④ ③に鶏もも肉を
入れ全体をませ
合わせたら7分程
20分程弱火で
加熱する。
途中こげつかないよう
木べらで何度も
ませる。



⑤ 7分取り
生クリーム、プレーン
ヨーグルトを加え
ませ合わせる。



⑥ 塩を加え
お好みの塩味で
味を整える
余分は水分がなくはじ
全体的にトロみが
出たら完成



sakae's cuchi rohan