

とれたて できたて あさくらの特産品料理コンテスト

料理名	博多万能ねぎとなしのカレー
朝倉地域産の テーマ食材	博多万能ねぎ、なし

〔材料表〕 ※1回に作る量。

材料名	分量	材料名	分量
親どりもも肉	150g	炒め油	適宜
なし	75g	デミグラスソース	30g
しょうゆ	小さじ1杯	カレールウ(市販品)	60g
酒、にんにく	小さじ1杯		
博多万能ねぎ	150g		

〔作り方〕

- ①親どり肉をつけ汁（しょうゆ、酒、にんにく、すりおろしなし）につけこむ。
- ②博多万能ねぎを小さく（0.5～1cmくらい）に刻み、よく炒める。
- ③②に①を入れ、水を加えて煮込む。
- ④なしを適当にきり③に入れる。
- ⑤カレールウ、デミグラスソースを入れ、仕上げる。

〔コメント〕

（出品者から寄せられたこの料理に関する思い出や思い入れ、どんな時に食べるかなど）

博多万能ねぎの産地に近いので、カレーに入れてみました。また、韓国では、なしを料理に使うことを知り、なしも入れてみることにしました。朝倉のPRにみなさんに食べてもらいたいです。

出品者の
お名前

東峰村食育推進委員会（吉瀬、岩下）