

## カレーを纏った年越蕎麦

今村弘美 (江戸ソバリエ、たのしくおいしい クッキング教室主宰)

わが家にはカレー蕎麦派と普通蕎麦派がいて、いつもどちらかが折れていました。

というのも、年末の30日、31日におせち料理を作る私にとって、2種類の蕎麦つゆを作ることは難しいのです。

そこで今年の年越蕎麦は家族のみんなの味覚を満たすためにチョット工夫してみました。

つゆは醤油ベースですが、ひき肉にカレーを纏わすことでどちらの味覚も満足できる年越蕎麦ができたと思います

トマトを薬味代わりにのせることで酸味がアクセントになり、カレーの香りが引き立ちます。



### 材 料(4人分)

蕎麦……………4玉  
蕎麦つゆ……………適宜  
鶏もものひき肉……………250g  
玉ねぎ……………中1個  
トマト……………中1個

塩・胡椒……………適宜  
砂糖……………大さじ1 1/2  
醤油……………大さじ1  
酒……………大さじ1  
サラダ油……………大さじ1  
カレー粉……………小さじ1/2

### 作 り 方

- ① 玉ねぎをみじん切りにする
- ② トマトは湯むきして粗みじんにする (種は取っても可)
- ③ 蕎麦つゆは温めておく
- ④ フライパンにサラダ油をひき、玉ねぎのみじん切りを透明になるまで炒める
- ⑤ 玉ねぎが透明になったらひき肉を入れて塩・胡椒をし、パラパラになるまで炒め、砂糖と醤油で味付けし水分をなくなるまで炒める
- ⑥ 最後にカレー粉を入れていため香りが出たら火を止める
- ⑦ 蕎麦を茹でどんぶりに盛りつゆを入れる
- ⑧ 鶏そぼろとトマトをのせてでき上がり。

以 上