

料理名 **ロールキャベツのカレー味**

材料 (4人分)

キャベツ	4枚
塩	少々
合挽き肉	200g
タマネギ	1個
カレー粉	小さじ1
塩	少々
コショウ	少々
卵	1個
パン粉	1/3カップ

A	水	6カップ
	めんつゆ	100cc
	固形カレールー	1かけ
	カレー粉	大さじ1



作り方

1. キャベツは芯の部分を薄くそぎ落とし、塩少々入れた湯で茹で、ざるにあげて塩・コショウをする。
2. 卵にパン粉を入れてしめらせておく。
3. タマネギはみじん切りにする。
4. ボウルに合いびき肉、②、③、カレー粉、塩・コショウをしてよくこねる。
5. ①のキャベツで④を巻き、楊枝で留める。
6. 鍋にAを入れて⑤のロールキャベツを入れ、30分煮込む。