

# レシピ公開「彩りドライカレー」

\*

ジツウ 先生のカレールウで手軽に作れる「彩りドライカレー」のレシピを公開しました。普通のカレーよりも煮込み時間がすくないので、お家にあるものでチャチャッとつくれます。 主食をでんぷん米にすることで動たん比78%です！

まとめて作って、1食分ずつ冷凍しておけば、困ったときにお助けメニューになりますよ。