



## 猪スネ肉と季節野菜のスパイシーカレー



材料名	分量
	猪スネ肉
玉ネギ(みじん切り)	1個
トマトピューレ	大5
ターメリック	大3
オールスパイス	大3
クミン	大3
おろしニンニク	大1
おろしショウガ	大1
ローリエ	1枚
サラダ油	適量
<カレールー> コスモ 直火焼中辛(市販) 1袋	
<季節野菜> なす(乱切り) 適量 パプリカ赤・黄(乱切り) 適量 ズッキーニ(乱切り) 適量	

材料  
(4人分)

作り方	【下処理】