



## “野菜の甘み引き立つ” ポンジュースカレー

ポンジュースの新たな魅力

NEW CHARM POINT

ポンジュースのほのかな酸味と甘味が奥深い本格派カレー。  
カレー専門店のようなコクのあるフルーティーな味をご自宅でも楽しめます。



作って *Eating!*  
食べてみました。

ポンジュースを入れるだけで、ほのかな酸味とカレーの辛さが絶妙になり、さらに美味しさが膨らみます。お肉は鶏肉を使うと、ポンジュース風味がより強くなり、クセになる味わいになります。

### ▶ 作り方

1. 鶏肉・たまねぎ・にんじんは一口大の大きさに切る。にんにくはみじん切り、唐辛子は輪切りにする。
2. 厚手の鍋にサラダ油を入れて火にかけ、にんにく・唐辛子を炒める。香りが立ったら、鶏肉・たまねぎ・にんじんを加え、よく炒める。
3. [2]にポンジュース・水を加え、沸騰したらあくを取り、具材がやわらかくなるまで中火で煮込む。
4. 火を止めてから、固形カレールーを割り入れて混ぜる。
5. 再び弱火で煮込み、適当なとろみがつけば火を止める。
6. ご飯を器に盛り、カレーを添えてできあがり。

### ▶ 材料(4人分)

- 鶏肉 …………… 300g
- たまねぎ…………… 200g(中1個)
- にんじん…………… 200g(中1本)
- にんにく…………… 小2片
- 唐辛子…………… 1本
- サラダ油…………… 適量
- ポンジュース…………… 500ml
- 水…………… 500ml
- 固形カレールー…………… 100g(お好みで調整)
- ご飯…………… 適量

### ▶ 一口メモ

ポンジュースの風味を際立たせるよう、野菜を大きめに切ることがポイント。

