

クリームシチュー作り

令和7年12月20日（土）

材料

- ・ごはん
- ・シチューのルー
- ・牛乳
- ・とり肉
- ・じゃがいも
- ・にんじん
- ・たまねぎ
- ・塩コショウ
- ・コンソメ

※アレルギー対策として、味付けをポトフにして提供いたします。

※感染症予防や衛生面によりマスクの持参をお願いいたします。

○作り方

- ①じゃがいも、にんじん、たまねぎの皮をむきます。
- ②やさいととり肉を1口大に切れます。
- ③鍋に具材（やさい、とり肉）を入れ塩コショウで炒めます。
- ④火がとおったら水を入れて煮ます。
- ⑤いったん火を止めてシチューのルーを入れてから火をつけて混ぜます。
- ⑥牛乳を入れてしばらく混ぜたら完成です。

