

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。

〇作り方

- 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口大に切ります。
- 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。

