

残りご飯でパラパラ♡簡単カレーピラフ

材料 (2人分)

ご飯お茶碗たっぷり2杯分 ベーコン2枚
玉ねぎ1/4玉 人参1/4本 ピーマン1個
コーンひとつかみ 卵1個

■顆粒コンソメ 小さじ1

■醤油小さじ1/2

■カレー粉 大さじ2

塩コショウ適量

オリーブオイル(サラダ油でも) 適量



作り方

1



玉ねぎ、人参、ピーマン、ベーコンをみじん切りに刻む。

2



熱したフライパンにオリーブ油をしき、具材を炒める。火が通ったら、塩コショウで軽く下味をつけ、一旦取り出しておく。

3



大きめのボールに卵を溶きほぐし、■を混ぜ合わせておく。

4



そこに、温かいご飯(冷ご飯の場合は温め直してから)を加えて、全体をよく混ぜ合わせる。

5



再度フライパンに油をしき、ご飯を加え、強火でパラパラになるまでしっかりと炒める。

6



パラパラになったら、先程炒めた具を戻し入れて混ぜ、塩コショウで味を整え完成です。