

業務スーパーで揃う絶品グリーンカレーレシピ

所要時間約30分

僕の家では4人分

業務スーパーで用意するもの

1 グリーンカレーペースト 適量

このペーストなかなかの優れものなのでぜひ買ってください
一つ買っておくと10回以上イケます



2 筑前煮水煮 1Kパック半分くらい

4人分で500gこれが主な具材になります



3 ココナッツミルク 4人分で1缶

一缶:400ml

もし筑前煮を1キロ使用する場合は800ml必要なので1Lの紙パックを買ったらお得かも



4 鶏もも正肉 2枚

事前に行って少し解凍したら一枚ずつラップして冷凍するととっても便利！筑前煮1K使用の場合は4枚



4 青汁(粉末タイプ) 1袋

仕上げに使います



その他調味料

砂糖、**ナンプラー**(業務スーパーにある)、塩

あればカツコイ

バジルの葉(生)・ピーマン・プチトマト・茄子・
おしゃれな器

仕様器具

カレー作る鍋(大き目)

まな板

包丁

木べら