

# 上田カレー

## の おススメレシピ

「上田カレー」をより一層  
おいしくお召し上がりいただくために、  
おすすめの簡単レシピをご紹介します。

何にでもよくあう「上田カレー」。  
お好みの具材で、あなただけのオリジナル  
カレーをお楽しみください。

## カレーライス

【材料】 上田カレー・ごはん・トンカツ  
千切りキャベツ・目玉焼き

- ①レトルトパックを湯煎で5分程温める。
- ②千切りキャベツは水分をよく切る。
- ③レトルトパックの中身をよく混ぜる。
- ④ご飯にかける。
- ⑤トンカツ・唐揚げ・揚げ野菜など、  
お好みの具をのせる。

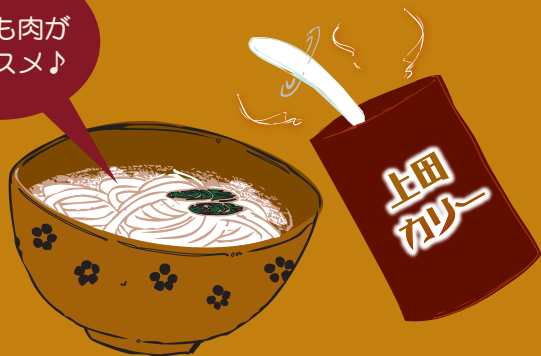


## カレーうどん

【材料】 上田カレー・うどん・うどんつゆ(◆)  
長葱または万能葱

- ①レトルトパックを湯煎で5分程温める。
- ②レトルトパックの中身をよく混ぜ、温かい  
うどんつゆ(100cc)で割り、どんぶりに入れる。
- ③うどん玉を茹で、まとめるように高く盛り付ける。
- ④お好みの食材を添える。

鶏もも肉が  
おススメ♪



### ◆うどんつゆの作り方◆

【うどんつゆ①】 白だしつゆ(小さじ1.5杯)・追い鰹つゆ(小さじ1.5杯)・みりん、味の素、ほんだし、出し昆布(少々)・水(90cc)  
【うどんつゆ②】 白だしつゆ(小さじ1.5杯)・追い鰹つゆ(小さじ1.5杯)・水(90cc)・マーガリン(2g)

## カレーつけ麺

【材料】 上田カレー・麺(中華麺のような  
ちぢれタイプ)・うどんつゆ(◆)・万能葱

- ①レトルトパックを湯煎で5分程温める。
- ②レトルトパックの中身をよく混ぜ、温かい  
うどんつゆ(50cc)で割る。
- ③麺をお好みの硬さに茹で、さっと水洗いをし  
滑りを取る。
- ④氷水に浸け、麺をしめる。
- ⑤お皿に盛りつけ、お好みの具材を添える。  
※うどんつゆはカレーうどんと同様

海老やイカなど  
海鮮が  
おススメ♪



材料をすべて鍋に入れ、沸騰直前で火を止める。(煮詰めない)  
※うどんつゆ②のマーガリンは、ルーとうどんつゆを混ぜた後  
に加える。

\*市販のめんつゆでもおいしくいただけます\*