

○黒田庄和牛のカレー風ミートパイ レシピ表

使用材料(4人分)	使用量	
黒田庄和牛	140g	
にんじん	1/2本	
玉ねぎ	1/2本	
サラダ油	大さじ1/2	
A	ウスターソース	大さじ1と1/2
	ケチャップ	大さじ1強
	醤油	小さじ1
	塩コショウ	適量
B	薄力粉	小さじ2
	水	40ml
カレー粉	適量	
パイシート	2枚	
薄力粉	適量	
卵黄	1個	
金ゴマ	適量	

調理方法
<p>① にんじん、玉ねぎをみじん切りにする。</p> <p>② フライパンにサラダ油、黒田庄和牛、①の野菜を入れて炒める。火が通ったらAの調味料、Bの水で溶いた薄力粉を入れる。</p> <p>③ カレー粉をお好みの量入れてよく混ぜ、火を止める。</p> <p>④ パイシートに金ゴマと薄力粉をまぶし、伸ばして練り込む。</p> <p>⑤ パイシートに卵黄を塗り、金ゴマをまぶす。</p> <p>⑥ パイシートで③を包んで、200℃のオーブンで約20分焼いて、完成。</p>
