

グリーンカレー

調理時間 45分

分量 4人分



材料

木綿豆腐 半丁
ココナッツミルク 400cc
なすび 3本
バジル お好み
グリーンカレー ペースト
(辛いのが好きであれば多めに)
砂糖 大さじ1
ナンプラー 中さじ3
水 お好み

作り方

1. 均等になるようにココナッツミルクを振る。鍋にココナッツミルク大さじ2、油を少し、グリーンカレー ペーストをお好みで入れ弱火で温めながら混ぜる。
2. 残りのココナッツミルクを入れ、温める。(味が濃ければ水を加える) 温まったら中火にして、すぐになすびを入れる。
3. なすびが煮えるまで待つ。アクが出てきたら取る。(水を加え、濃さを調節する)
4. 15~20分弱火で煮る。(時に混ぜながら、アクを取る)
5. 水っぽくなるまで水を入れ、なすの色が変わるまで煮る。
6. 水切りした豆腐を入れ、5分火を通す。砂糖、ナンプラーを入れ味付けをする。
7. バジルを入れて、少し経ったら火を消す。
8. お皿に盛り付けたら完成。