

特製レシピ

秋田の魚を食べようキャンペーン
～みんなで食べよう！地魚応援フェア～

「イカ」

えびとイカとほたてのスープカレー



【材料】 1皿分 調理時間：20分

スープカリーの匠

スープカリーの匠 〈ペーストタイプ 濃厚スープ〉	1皿分
えび（むき身）	3尾
イカ	60 g
ベビーほたて	3個
ミニトマト	4個
グリーンアスパラガス	2本
ゆで卵	1/2個
水	400mL

【作り方】

- えびは背わたを取る。イカは内臓と皮を取り、格子状に切れ目を入れ、一口大に切る。
- ミニトマトはへたを取り、半分に切る。グリーンアスパラガスは3~4cmの長さに切り、さっとゆでておく。
- 小さめの鍋に水を入れて沸騰させ、「特製濃縮スープ」を溶く。
- (1)の具材と、ベビーほたてを入れて中火で熱する。火が通ったら、(2)の具材を加えて、ひと煮立ちさせる。
- 器に「香りスパイスオイル」を入れて(4)を注ぎ、ゆで卵をのせる。お好みで「辛味調整スパイス」を加える。

※スープカリーの匠は、「特製濃縮スープ」「香りスパイスオイル」「辛味調整スパイス」がセットになっています。

※えび、イカ、ほたては、冷凍のものでも良いです。

レシピ提供



ハウス食品株式会社

秋田県



みんなで食べよう！

地魚応援フェア