

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

〈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	……400 m L

### 【作り方】

- (1) 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。
- (2) 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、さっとゆでしておく。
- (3) 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。
- (4) (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。
- (5) 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