



## 日式咖哩煮花椰菜

秋

将花椰菜用酱油和香料煮成的料理



### 原料（4人份）

花椰菜	1棵(200g)
葱	1根
薄片五花猪肉	140g
<b>调味料</b>	
酒	2大匙(30ml)
酱油	1大匙(15ml)
盐	1小匙(6g)
干咖喱粉	2小匙(4g)

### 烹调方法

1. 花椰菜分成几小棵，猪肉切约2到3厘米宽。
2. 葱切成葱花。
3. 锅内煮沸一杯水，加入花椰菜和猪肉，加盖煮三分钟。加入调味料后，将小锅盖直接盖在食材上面，再次沸腾后关火，装盘。
4. 洒上葱花。

### 烹调要点

- 将小锅盖直接盖在食材上面，以便让调味料均匀扩散到每一处。