

---

## 鮭と白菜のカレークリーム煮

---

〈材料〉	2人分
甘塩鮭	大1切れ
白菜	300g
しめじ	1p
a 薄力粉	小さじ2
カレー粉	小さじ1
生クリーム	50cc
昆布水	150cc
味噌	小さじ1
バター	10g



### 〈作り方〉

- 1 白菜を食べやすい大きさに切り分け、芯は棒状に切り分ける。しめじは小房に分ける。a を合わせる。  
鮭を4等分に切り分ける a の 1/4 量を鮭にまぶす。
- 2 鍋にバターを熱し、鮭を焼いて取り出す。
- 3 2の鍋にしめじを加えて焼き色をつけるようにしっかり炒める。塩こしょうを加え、白菜、昆布水を加えて煮立て、蓋をして火を弱めて5分加熱。
- 4 a の残り、味噌、生クリームを合わせ、白菜が柔らかくなれば鍋に加えて全体を混ぜ、鮭を戻して蓋をして火を止め、しばらく蒸らす。