

料理名

焼チーズカレー

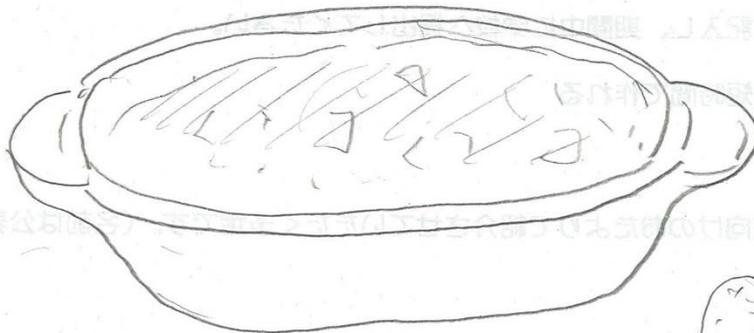
材料【 1 人分】

カレー (インスタントでもOK)
ごはん
チーズ (とろけるチーズや
スライスチーズ)

作り方

グラタン皿にごはんと
カレーをよそって、あたためます。
チーズをのせて、オーブントースター
で、7、8分焼きます。

《完成図》(写真かイラスト)



なべつかみを使
いから
熱いから

★コメント★ (作る時のポイント、工夫した点、など)

前の日のカレーも、インスタントカレーも、
チーズ、プラスひと手間で、簡単カレードリア風
に早変わり! オーブンから出すときは、

家でのエピソード
等、自由に記入し
てください。

とっても熱いので気を付けて下さい。



〈栄養教諭から〉

カレーにひと工夫してドリア風に。チ
ーズをのせることで、カルシウムもたく
さんとれます。