

# ヘルシー納豆カレー



カレーが納豆で  
一層深いコクを！  
はまります！



## 材料

- 納豆 1パック
- カレー（シトルトも可）適宜
- お好みの夏野菜 適宜
- ごはん 茶碗1杯分

## 作り方

1. 野菜を食べやすい大きさに切り、油をひいたフライパンで焼き色がつくまで火を通す。
2. 器に温めたごはんとかレーを盛り、その上に1と納豆を乗せる。

ホリアミンが若さをつくる

全納連

全国納豆協同組合連合会