

カレーが納豆で一層深いコクを！はまります！



## ヘルシー納豆カレー

### 材料

- |              |       |
|--------------|-------|
| ・納豆          | 1パック  |
| ・カレー（レトルトも可） | 適宜    |
| ・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。

ポ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