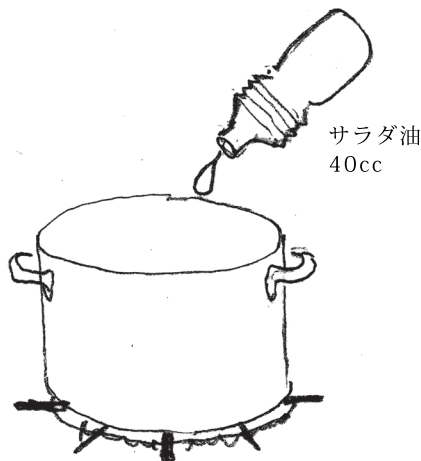


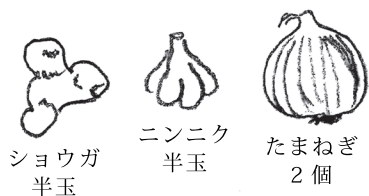
Starter Spice

シナモン	2片
ローリエ	4枚
マスタードシード	小さじ2と1/2
クミン	小さじ2と1/2
クローブ	小さじ2と1/2
唐辛子	3本



サラダ油
40cc

スタースパイスを上から薄に
弱火でテンパリングする
※焦がさない



ショウガ
半玉

ニンニク
半玉

たまねぎ
2個



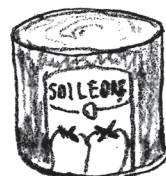
みじん切りにして
加える。

アヒラに炒める。

トマトホールとヨーグルトを加える

バタースパイスを加えて炒める

マリネにはスモアリブを加えて煮る



トマトホール缶
500g



ヨーグルト
200g

Powder spice

ターメリック	大さじ2
カイエンペッパー	大さじ1
コリアンダー	大さじ4



スペアリブ 500g
一晚ホーストに
マリネしておく。

夏野菜を加える

レタ、カレーリーフ
を加える。



夏野菜を
バターで
炒める

Paste

たまねぎ	半個
ニンニク	1片
ショウガ	1片
唐辛子	1本
クミンパウダー	大さじ1/2
マスタード	大さじ1/2
黒こしょう	小さじ1/2
赤ワイン	50ml
ヨーグルト	75g



レタ



カレーリーフ