

トマトカレーパスタ(カレーとトマトの絶妙なコンビネーションです。)



材料	(50人分)
ペンネ	… 2500 g
トマト缶	… 5000 g
ツナ缶	… 1250 g
たまねぎ	… 1500 g
ブロッコリー	… 1500 g
にんじん	… 1000 g
カレールウ	… 500 g
コンソメ	… 100 g
水	… 12500 g

作り方

1. たまねぎ、にんじんは一口大に、ブロッコリーは小房に分けます。
2. 鍋にトマト缶、水、コンソメ、たまねぎ、にんじんを入れ煮ます。
3. ペンネを加え、8分程火を通したら、カレールウを加えます。
4. ブロッコリーを入れ、一煮立ちさせます。

コメント

- 1) ツナ缶をたんぱく質に使っています。
- 2) 通常、ブロッコリーやペンネは別に茹でますが、水を無駄にしないため、そのまま鍋に入れて調理しています。