

メキシカンタコライス	パンネーム おおちゃんさん
材料（2人分）	
作り方	
① フライパンに火をつけ、オリーブオイルをひき、みじん切りにしたにんにくを入れる。	
② 香りがしてきたらミンチを入れ、色が変わるものまで炒めた後、カレー粉を加えて全体に混ぜるようにさらに炒める。	
③ その後、玉ねぎを入れ透明になるまで炒めたら、ケチャップ・中濃ソースを加え、水分がなくなるまで炒め、最後に塩、こしょうで味を調える。	
④ サルサソースの材料をすべて合わせる。	
⑤ お皿にご飯を平たくのせ、具材、ソースとトッピングをのせていく。	
沖縄発のタコライスをひじき、ミックスピーンズやコーンを加えて、 少しメキシカンアレンジしてみました。	