

【カレーの会の基本的なカレーの作り方】

★材料★

シェフ:Mさん・Kさん

肉、玉ねぎ、ジャガイモ、ニンジン、きのこ カレーのルー
隠し味③1・2

★手順★

① お米を研ぐ⇒炊く



② お野菜を切る



③ お鍋に隠し味③1を入れる

④ お肉を炒める

⑤ 野菜を炒める

⑥ 隠し味③2を入れる



⑦ お水を分量どおりに入れる

⑧ 煮込む

隠し味③
Kシェフの愛情♥



⑨ 一旦火を止めて、カレールーを割って入れる

⑩ ゆっくりかき回しながら煮こむ

⑪ 盛り付けする



なにがしたいかわからない

でも、このままはなんだか心配

こもっていたいけど、いたくない

そんなあなたの**居場所**になればたら

【お問い合わせ先】

社会福祉法人 長久福社会

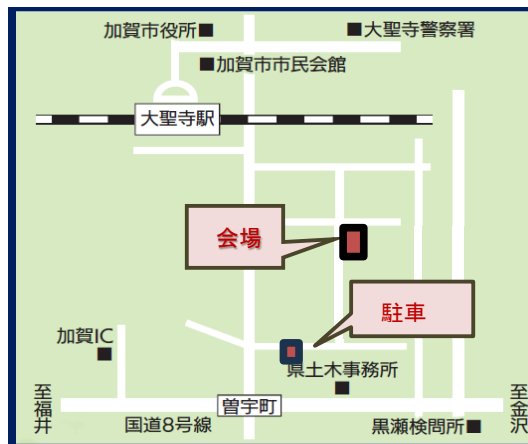
加賀ひきこもり地域支援センター

(担当者:宮本・田中)

電話:0761-72-5750

Mail:kagacenter@chokyuhukushi.jp

住所:〒922-0831 加賀市幸町2-60



カレーの会

何時に来ても良いよ 🍵

安いよ !!

気分転換になるよ 😊

楽しい仲間がいます！

気軽 🧡 ・ 気楽 💕

仲間同士の話って
なんか

すごい！！

しゃべるだけでも
だまっけていても

テレビ見に来るだけでも
ゲームしに来るだけでも

OK

料理ができなくても
大丈夫 🍷

なんなら、カレーの匂いを
かぎに来るだけでもよし

…でもカレーが
食べたくなるかもよ

【開催日時】

毎月 1 回

※参加者で翌月の予定を決めます

15 時～18 時半ころ

【参加費】

200 円～500 円

※時々スペシャルカレーになります！！

【作るもの】

ビーフカレー、ポークカレー
チキンカレー、キーマカレー
シチューなどなど

【持ち物】

特にありません

