ケンミン食品
株式会社

簡単♪ぶっかけ釜たまビーフンのレシピ

調理時間：10分　調理法：お鍋　カロリー：389kcal　塩分：1.8g

あっさりとしたビーフンと卵黄のコクは相性抜群！あっという間に作れるお手軽メニューです。
卵かけごはんや釜玉うどんのような、さぬきうどん風のぶっかけビーフンです。

使用商品

お米100% ビーフン [150g]

豊かな水と土で丹精込めてつくられた良質な硬質米を吟味し、お米だけでつくったお米100%ビーフンです。お米100%だからできるお米の芳醇な香りとコシのある食感が特徴のお米の魅力が詰まったビーフンです。

材料　2人前

お米100%ビーフン：1袋（150g）
卵黄：2個分
青ねぎ：1本
白いりごま：大さじ2（18ｇ～）
だし醤油：大さじ2（36ｇ）～

作り方

(1)
青ねぎは小口切りに切る。

(2)
沸騰したお湯にビーフンを入れ、ふつふつとした火加減で7分ゆでる。
ゆであがったら水洗いをして、しっかりと水気を絞る。

(3)
ゆでたビーフンを器に2等分して盛り、卵黄をのせる。
青ねぎと白いりごまを散らす。
だし醤油をかけて全体をよく混ぜてお召し上がりください。

Copyright (c) KENMIN FOODS co., ltd. All rights reserved.