ケンミン食品
株式会社

鶏肉ときのこの和風ビーフンのレシピ

調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：440kcal　塩分：3.63g

きのこたっぷり♪にんにくとバターが隠し味のビーフンです。
きのこパスタが好きな方にもお試しいただきたい一品です。
フライパン一つで簡単にできます！

【ママ社員考案レシピ】
めんに味がついている「ケンミン焼ビーフン」とバター醤油を組み合わせた、風味豊かな簡単お手軽レシピです。
お肉や野菜は、冷蔵庫にあるものでアレンジしてもOKです。

使用商品　ケンミン焼ビーフン 鶏だし醤油

1960年生まれのロングセラー商品。
味付タイプのビーフンなので、ゆで戻す手間がいりません。
フライパンでも電子レンジでも簡単に調理できるノンフライめん。

材料　1人前

ケンミン 焼ビーフン：1袋
鶏もも肉：50ｇ
濃口醤油：小さじ1/2（3ｇ）
しめじ：30ｇ
まいたけ（きのこ類）：50ｇ
にんじん：10ｇ
いんげん：3本
バター：小さじ2（8ｇ）
にんにく：1/2片（2.5ｇ）
水：190cc
きざみのり：適量

作り方

(1)
きのこ類は石づきをとりほぐしておく。
にんじんは短冊切りに、いんげんは3cmに切る。
にんにくはみじん切りにしておく。

(2)
鶏もも肉は一口大に切り、濃口醤油で下味をつける。

(3)
温めたフライパンにバター・にんにくを入れ、下味を付けた鶏もも肉を香ばしく炒める。

(4)
きのこ類・にんじんを加え、さらに炒める。
(5)
いんげん・ビーフン・水（190cc）を入れ、ふたをして【強火】で3分加熱する。
※加熱途中1分30秒でふたをあけ、ビーフンを一旦ほぐしてください。

(6)
ふたをとり、全体を軽く混ぜ、残った水分をほどよくとばす。
お好みできざみのりをかける。

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