ケンミン食品
株式会社

焼ビーフンでつくるおすすめ焼きそばレシピ！ソースをふんだんに！

調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：608kcal　塩分：5.8g

『シェフがつくるビーフンまかないレシピ』
~フレンチシェフが創るまかないビーフンレシピ~
La Kanro 仲嶺 淳一シェフ

～ 仲嶺 淳一シェフより～
僕がプライベートで好きな調味料を使用したレシピです。

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
豚バラスライス：50g
人参：1/8本
ピーマン：1個
たまねぎ：1/8個
キャベツ：1枚
サラダ油：大さじ1/2

【A】焼きそばソース：大さじ2
【A】オイスターソース：小さじ1強
【A】カレー粉：大さじ1と1/3
【A】水：200cc

作り方

(1)
すべての具材（豚バラスライス、人参、ピーマン、玉ねぎ、キャベツ）は、食べやすい大きさにカットしておく。
【A】はあらかじめよく混ぜておく。

(2)
フライパンにサラダ油をひき、豚バラ肉を広げながら1枚ずつ並べる。
豚バラ肉に火が通ったら、その上にビーフンをのせ、ビーフンの上に野菜を乗せる。

(3)
【A】を注ぎ、フタをして3分加熱する。
※加熱途中1分半でふたをあけ、ビーフンを一旦ほぐしてください。
3分後、フタをとり、全体を混ぜながら、水分を程よく飛ばしたら完成。

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