ケンミン食品
株式会社

シイタケ香る焼ビーフンの信太巻

調理時間：30分　調理法：フライパン　カロリー：1029kcal　塩分：6.4g

『シェフがつくるビーフンまかないレシピ』
-日本料理人が創るまかないビーフンレシピ-
北新地 弧柳
松尾 慎太郎 シェフ

～松尾 慎太郎 シェフより～
干しシイタケの戻し汁で炊いたビーフンを薄揚げで巻いて焼きました。
ちょっとしたオードブルにもおしゃれな一品です。
私の分野であります和食を意識しながら、蒸し暑くなっていく季節に向けたさっぱりした料理にしたいと思いまして、考えさせていただきました。
今回は本来の主食になるビーフンを食べるスタイルを変えて
オードブルやおかずにもなりそうなスタイルも意識させていただきました。

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　3人前

ケンミン 焼ビーフン：1袋
豚ミンチ：90g
干し椎茸：15g（250ccの水で前日に浸しておく）
薄揚げ：3枚
ピーマン：3個
人参：30g
筍：30g
サラダ油：適量
粉山椒、七味：適量
干し椎茸戻し汁：200cc
酒：20cc
米酢：20cc
濃口醤油：10cc
味醂：10cc
砂糖：5ｇ

作り方

（1）
戻した干し椎茸、ピーマン、人参、筍はそれぞれ細切りにする。
（2）
薄揚げは３辺に切り込みを入れ広げておく。
（3）
中火に熱したフライパンにサラダ油をひき、豚ミンチを炒めて、その他の野菜も炒める。
（4）
ビーフンを加え干し椎茸の戻し汁と調味料を加え蓋をして４分蒸し煮にする。
※加熱途中2分でふたをあけ、ビーフンを一旦ほぐしてください。
（5）
仕上げに粉山椒をふりかけ、フライパンから取り出し（フライパンはそのまま、また使います）
広げた薄揚げの上にビーフンを広げ、椎茸
豚ミンチなどの具材を芯にして巻き、巻き終わりは爪楊枝で止める。
（6）
先程のフライパンに再びサラダ油をひき、爪楊枝で止めたつなぎ目から焼き、焼き色が付くまで中火で5分程返しながら焼きます。
（7）
切り出して盛り付け　好みで七味を振りかける。

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