ケンミン食品
株式会社

新感覚♪パ　クチーかき揚げ　ビ　ーフン



調理時間：30分　調理法：フライパン　カロリー：371kcal　塩分：5.1g

ビーフンを中華風にごま油でフライパンで焼いて、天つゆで頂く和×中の一品。お米が焼けた風味と爽やかなかきあげは相性◎！天ぷらそば好きな方にもおすすめです♪
【ケンミンダイニング六本木シェフ考案レシピ】
お米からできているビーフンを使って、天丼のようにかき揚げとの相性はもちろんのこと、日本人の食文化に馴染みの強い天そばや、天丼もお好きな方が多いため発案いたしました。

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　1人分

ケンミン お米100%ビーフン：50g
塩：３g
ごま油：5g
三つ葉：50g
玉ねぎ：30g
パクチー:10g
レモン：10g
卵黄：1個分
小麦粉（天ぷらの種用）：10g
天つゆ：30cc
揚げ油：適量
■調味料A
【A】卵白：1個分
【A】水：40cc
【A】小麦粉：20g

作り方

(1)
三つ葉、パクチーは3cm、玉ねぎは薄くスライス、レモンは種を取り皮ごと薄くスライスし、小麦粉をふっておく。黄身と天つゆを用意しておく。
(2)
Aをボールで合わせ衣を作り、①と混ぜておく。油を180度で熱し、かき揚げを作る。
(3)
ビーフンは4分ボイルし、水にさらしてしっかり水気を切る。
(4)
水気が切れたビーフンをフライパンで焼く。塩とごま油を入れ味付けし、器に盛り付ける。
(5)
ビーフンに天つゆを回し入れ、かき揚げを乗せて中央に卵黄をあしらう。

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