

からだぽかぽか温まる生姜と冬野菜のフォー



🕒 調理時間：15分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：375kcal 🧂 塩分：3.6g

冬冬に美味しい白菜、大根、人参を使って簡単温活♪ベトナム風フォーを使ってひと手間かけることで簡単あったかメニューが完成！

【健民ダイニング六本木店小田シェフのおすすめレシピ】そのまま食べても美味しいベトナム風フォーが、ちょっとひと手間加えることで、冬にぴったりのメニューに変身するレシピを考えてみました！簡単なので、是非お試しください♪

使用商品

米粉專家 ベトナム風フォー

ランチタイムに、お鍋ひとつで手軽にアジアンブチトリップ。ツルっとしたお米の平めんに、あっさり鶏がらスープを合わせました。魚醤の旨味とコリアンダーの優しい香りが口いっぱいに広がります。



材料 1人前

ケンミン 米粉專家 ベトナム風フォー：1袋	人参：10g
【A】 薄口しょうゆ：10g	豚バラ肉：20g
【A】 砂糖：5g	青ネギ(小口切り)：適量
【A】 おろししょうが：2かけ (約20g) ※チューブの場合大さじ1～ (13g～)	水：500cc
白菜：30g	
大根：30g	

作り方

- (1) 白菜はざく切り、大根と人参は薄めの短冊に切る。豚バラ肉は一口大に切る。Aを混ぜ合わせておく。
- (2) 鍋に水500ccと野菜を入れて沸騰させたら、フォーを入れて約3分間加熱する。Aと、豚バラ肉を加え、約1分間加熱する。
- (3) 添付のスープを加え、混ぜ合わせたら、器に盛り付け、最後に青ネギをトッピングする。