

ケンミンカレー焼ビーフンのレシピ【基本の作り方】



🕒 調理時間：15分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：554kcal 🧂 塩分：3.6g

【商品裏面レシピ】

たっぷりの野菜を炒め、カレーパウダーとからめるだけでカレー味の焼ビーフンが召し上がりいただけます。

香味野菜の甘みが溶け込む、風味豊かな味わいのカレー味です。

使用商品

ケンミンカレー焼ビーフン

香味野菜の甘みが溶け込む風味豊かなカレー味です。たっぷりの野菜とお肉を炒めるだけで、こく深いカレー味の焼ビーフンが手軽に味わえます。



材料 1人前

ケンミンカレー焼ビーフン：1袋
豚ばら肉：2枚（60g）
キャベツ：1枚（50g）
にんじん：1/8本（20g）
ピーマン：1/2個（25g）
白ねぎ：10cm（25g）
油：大さじ1/2（6g）
水：170cc

作り方

- (1)
豚ばら肉・キャベツは一口大にカットする。
にんじん・ピーマンは細切り、白ねぎは斜め薄切りにする。
- (2)
フライパンを熱して油（大さじ1/2）を入れ、豚肉を1枚ずつ並べ、火が通るまで加熱する。
- (3)
豚肉の上にビーフンをのせ、ビーフンの上に野菜をのせる。
- (4)
水170ccを注ぎ、中火で4分間加熱する。

2袋以上つくる場合、具材の量は倍量にし、水の量は下記を参考にしてください。
【2袋：220cc】
【3袋：270cc】
【4袋：320cc】
- (5)
4分後ふたを取り、全体を軽くまぜ、残った水分をほどよく飛ばした後、添付のカレーパウダーを全体にまんべんなく加えてよく炒め合わせる。
- (6)
【電子レンジ調理の場合】
耐熱容器にビーフン→具材を順に重ね、水（120cc）・油（大さじ1/2）を入れる。

ふたまたは ふんわりラップをして電子レンジで加熱する。
加熱途中、一旦ビーフンをほぐしてください。
【500W：7分10秒 または 600W：6分】
電子レンジでの加熱時間は機種により異なりますので、お使いの機種によって調整してください。

全体を混ぜ合わせ、添付のカレーパウダーをかけてよく混ぜる。