ケンミン食品
株式会社

フォーリンデブはっしー監修！ヤサイニンニクマシマシビーフン



調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：928kcal　塩分：4.5g

テレビなどのメディアでも活躍する大人気グルメエンターテイナーのフォーリンデブはっしーさん。
フォーリンデブはっしーさんが提案する、誰にでも作れるエンタメ感あふれるおうちごはんレシピBOOK『フォーリデブはっしーのエンタメレシピ（主婦の友社：2021/3/29）』に
ケンミン焼ビーフンを使ったコラボレシピをご掲載いただきました。
野菜たっぷりでヘルシーなのにボリューミー！
【こだわりのコラボコンセプト】
野菜をモリモリ食べられる焼ビーフンだからこそ、パンチのある味付けで、楽しいエンタメ感を！

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
豚ばらブロック肉：140g
もやし：150g
キャベツ：1枚(60g)
水：190ml
刻みにんにく：小さじ2
牛脂：4g
しょうゆ：大さじ1/2

作り方

(1)
豚肉は1cm厚さにカットする。キャベツはざく切りにする。フライパンに豚肉を並べてその上にビーフンをのせる。
(2)
まわりに野菜をのせて水を注ぎ、蓋をして中火で3分加熱する。
(3)
蓋をとり、めんの部分に牛脂を混ぜて水分が飛ぶように炒める。野菜にはしょうゆをからめる。器にビーフン、野菜、肉の順にのせて、脇にニンニクを添える。

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