ケンミン食品
株式会社

ベビースターラーメンのアレンジレシピ！揚げカレーラーメンを忠実再現

調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：1104kcal　塩分：5.5g

タイ名物の揚げカレーラーメンを手軽に再現！レッドカレーペーストも必要なし◎ココナッツミルクの濃厚なスープをお楽しみ下さい♪
【管理栄養士の開発担当者考案】
タイ北部料理の代表格「カオソーイ」は、カレースパイスがたっぷり入ったココナッツミルクベースのスープに揚げた卵麺と卵麺を合わせて食べる、タイ風カレーラーメンです。トッピング用の揚げ麺を、ベビースターラーメンを使うことでさらにお手軽に！一般的なレシピではレッドカレーペーストを用いますが、今回はご家庭にある調味料でも作れるようなレシピに仕上げています。

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　1～2人分

ケンミン 焼ビーフン：1袋
ベビースターラーメン(チキン味)：約39ｇ
鶏もも肉：100g
たまねぎ：100g(1/2個)
にんにく：1片(5g)
水：300cc
油：大さじ1/2(6g)
パクチー：お好みで
【A】ココナッツミルク：200ml
【A】カレー粉：大さじ1(6g)
【A】トマトケチャップ：大さじ1(18g)
【A】オイスターソース：大さじ1/2(9g)
【A】一味唐辛子：少々（0.2g～お好みで）

作り方

(1)
鶏もも肉は一口大にカットする。
たまねぎ・にんにくはみじん切りにしておく。
【A】はよく混ぜておく。

(2)
フライパンに油（大さじ1/2）を熱し、にんにくを香りが出るまでさっと炒める。
鶏肉を入れて両面焼き目がつくまでしっかり加熱する。
たまねぎを入れてさらに炒める。

(3)
水（300cc）・ビーフンを入れてふたをし、3分加熱する。【中火】
※加熱途中１分30秒で一旦ふたをあけ、ビーフンをほぐしてください。

(4)
3分後、【A】を加え再沸騰させる。

(5)
器に盛り、ベビースターラーメンとパクチーをトッピングする。

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