ケンミン食品
株式会社

牡蠣のみぞれ煮ビーフン



調理時間：15分　調理法：お鍋　カロリー：181kcal　塩分：3.5g

ぷりぷりの牡蠣が美味しい季節にさっと作れるビーフン鍋料理です。
牡蠣のうま味がでた和風だしは汁まで飲み干せる美味しさです。
大根おろしのさっぱりとした味で酒肴にもおすすめです♪
【開発担当者のレシピ】
「祇園 さゝ木」の佐々木シェフが考案レシピ「牛ロースとビーフンの柳川風」を参考にしたレシピです。
ビーフンは硬めにゆでることで、出汁やうま味を吸ってくれます。
食材の組み合わせによって、さまざまな味を表現できます。

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人前

お米100%ビーフン：20ｇ
牡蠣：2個
大根おろし：50ｇ
水菜：適量
【A】かつお・昆布あわせだし：200cc
【A】みりん：小さじ1（6g）
【A】濃口醤油：小さじ1/2（3g）
【A】薄口醤油：小さじ1/2（3g）
ポン酢：適量

作り方

(1)
水菜は食べやすい大きさにカットしておく。

(2)
沸騰したお湯にビーフンを入れて2分ゆでる。
ゆであがったら水洗いをして水気を切る。

●ビーフンのゆで方についてはこちら

●動画で詳しく解説

(3)
鍋にゆでたビーフン・牡蠣・【A】を入れて、沸騰するまで煮る。

(4)
沸騰して牡蠣に火が通ったら、大根おろし・水菜を乗せる。

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