ケンミン食品
株式会社

冷やし中華風ビーフンのおすすめ具材をのせた簡単レシピ

調理時間：15分　調理法：お鍋　カロリー：558kcal　塩分：4.1g

簡単手作りタレでつくる本格冷やし中華レシピです☆
サッと茹でてしっかり冷やしたお米100%ビーフンはコシが強く、さっぱり味の胡麻ダレとの相性が抜群！
小麦の中華めんとはひと味違った食感や風味が楽しめます♪
お家にある食材でアレンジが効き、簡単にできるので是非お試しください☆

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：75g（1/2袋）
■トッピング
チャーシュー：お好みの量で
（サラダチキン・ハムなど）
錦糸卵（またはゆで卵）：卵1個分
きゅうり(千切り)：お好みの量で
トマト：お好みの量で

■特製胡麻ドレッシング
【A】ごまドレッシング：大さじ2（36ｇ）
【A】濃口醤油：小さじ2（12ｇ）
【A】酢：小さじ2（10ｇ）
【A】みりん：小さじ1（6ｇ）
【A】ねりからし：小さじ1/2（2.5ｇ）
【A】鶏がらスープの素(顆粒)：小さじ1/2（1.3ｇ）

作り方

(1)
トッピング具材は全て、細切りにカットする。

(2)
■特製ごまダレ
ごまだれの【調味料A】は全て混ぜ合わせておく。

(3)
ビーフンはたっぷりのお湯でふつふつした火加減で約3分間ゆでる。
水で洗い、しっかり氷水で冷やし水気を切る。

●ビーフンのゆで方についてはこちら

●動画で詳しく解説

(4)
お皿にゆでたビーフン・トッピング具材を盛り付ける。
特製ごまだれをかけて完成。

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