ケンミン食品
株式会社

きのこたっぷりかきたま汁ビーフン

調理時間：15分　調理法：お鍋　カロリー：408kcal　塩分：5.5g

きのこの旨味たっぷりのスープとしなやかなビーフンは相性抜群◎
先にきのこを炒めてから、ビーフンと一緒に煮込むことで、ビーフンがきのこの風味をしっかり吸い上げて美味しく仕上がります。

使用商品　ケンミン 汁ビーフン

お鍋ひとつで煮込むだけで旨みのある塩味の汁ビーフンが召し上がりいただけます。
チキンベースに「野菜の旨み」を加え、アクセントに「ごま油」や「生姜」の風味を効かせました。

材料　1人前

ケンミン汁ビーフン：1袋
お好みのきのこ：合計150ｇ
（しめじ・しいたけ・えのきなど）
卵：1個
片栗粉：大さじ1（9ｇ）
米油：大さじ1/2（6ｇ）
水：500cc
■トッピング
青ねぎ：適量
おろし生姜：小さじ1（5ｇ）

作り方

(1)
きのこは食べやすい大きさに切っておく。
青ねぎは小口切りにする。
卵は溶いておく。
添付スープと片栗粉を混ぜておく。

(2)
鍋に米油（大さじ1/2）を熱し、きのこ類を炒める。

(3)
きのこの香りが出てきたら水（500cc）を加える。
沸騰したらビーフンを加え、ふたをせずに3分間煮込む【中火】。

(4)
3分後火を止め、ビーフンだけ器に取り出す。
鍋に①の調味料を加えて混ぜ合わせる。
再び火をつけて、とろみをつける【弱火】。

(5)
とろみがついたら火を止めて溶き卵を加える。
軽くかき混ぜたらビーフンの上にかける。
おろししょうが・青ねぎをトッピングする。

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