ケンミン食品
株式会社

お鍋ひとつで簡単！濃厚豆乳のピリ辛担々めん



調理時間：10分　調理法：お鍋　カロリー：630kcal　塩分：3.6g

少し汗ばむ季節に食べたい、ピリ辛豆乳仕立ての担々ビーフン☆濃厚スープともちもち食感の米めんがクセになる一品です♪少ない材料＆お鍋ひとつで作れるので、時間がない時や一人暮らしの方にもオススメです☆添付の液体スープだけで味付けできるので、料理が苦手な方でも安心です◎

使用商品　**米粉専家 四川風汁なし担々めん**



ランチタイムに、お鍋ひとつで手軽にアジアンプチトリップ。もちもち食感のお米の平めんに、ぴりぴり刺激の旨辛ソースを合わせました。ねりごまと甜麺醤、香辛料の辛さと甘さが織りなす味のバランスを楽しめます。

材料　1人前

米粉専家四川風汁なし担々めん：1袋
豚ひき肉：50g
ぶなしめじ：50g
白ねぎ：1/2本
豆乳(無調整)：200cc
鶏がらスープの素(粉末)：小さじ1/2(1.2ｇ)
水：250cc
米油：大さじ1（12ｇ）

作り方

(1)
白ねぎは斜め薄切りに、ぶなしめじは石づきをとってほぐしておく。

(2)
温めた鍋に米油（大さじ1）を熱し、白ねぎ、豚ひき肉、ぶなしめじを順に炒める。

(3)
具材に火が通ったら、豆乳・水（250cc）・鶏がらスープの素を加える【弱火】。

(4)
沸騰したらビーフンを加え、約4分【中火】で煮込む。
※豆乳を沸騰させないように、火加減を調節してください。

(5)
火を止めたあと、液体スープを加えてよく混ぜ合わせる。お好みでラー油をかけてください。
(6)

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