

## ビーフンでコツ要らず！炊飯器で簡単ビリヤニ



🕒 調理時間：30分 🍲 調理法：炊飯器 🔥 カロリー：609kcal 🧂 塩分：3.8g

2024年11月3日テレビ大阪「もしマネ」で紹介していただいたレシピ!!  
▶テレビ大阪「もしマネ」の見逃し配信はこちら

大阪関西万博で注目の世界の料理!?  
価格高騰中のお米の代わりに！ビーフンを使えばコツ要らず！  
インドで人気のスパイスカレーの炊き込みごはん「ビリヤニ」をおうちでもパパッと簡単に作れます！  
炊飯器に全ての材料を入れてスイッチを入れるだけで、ビーフンがふっくら＆パラッと美味しく炊き上がります◎  
1.5号炊きのコンパクトサイズの炊飯器なら、お手入れ簡単で手軽につくれます◎

### 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人前

ケンミン焼ビーフン：1袋  
鶏もも肉：80g  
たまねぎ：1/4個（50g）  
にんじん：1/8本（20g）  
ピーマン：1個（25g）  
トマト：1/4個（50g）  
バター：大さじ1（12g）  
油：小さじ1（4g）  
鷹の爪：1本  
■トッピング  
パクチー：お好みで

【A】カレー粉：大さじ1/2(3g)  
【A】濃口醤油：小さじ1/2(3g)  
【A】砂糖：小さじ1(3g)  
【A】おろしにんにく：小さじ1/2(2.5g)  
【A】おろし生姜：小さじ1/2(2.5g)  
【A】水：80cc

## 作り方

(1)  
鶏もも肉は一口大にカットする（凍ったままでもOK）。  
たまねぎは粗みじん切り、にんじん・ピーマンは細切りにする。  
トマトは1cmの角切り・鷹の爪はハサミで輪切りにする。  
【A】は混ぜ合わせる。

(2)  
炊飯器に  
①焼ビーフン  
②野菜・鶏肉  
③バター・鷹の爪・【A】  
④油  
を順番に入れて炊飯する。【約25～30分】

※炊飯器は1.5合炊きの普通モード

(3)  
炊き上がったら、しゃもじでビーフンを切りながら混ぜる。  
お好みでパクチーをトッピングする。