

エビときのこで本格 贅沢クリームパスタ



🕒 調理時間：15分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：664kcal 🧂 塩分：4.5g

フライパン5分で完成するパスタ風ビーフンのレシピです！
ケチャップと生クリームを使って簡単に濃厚さを引き出すことができます。

【食研究家 石井達也&裕加先生にご考案頂いた人気レシピのアレンジに挑戦！】
めんには鶏だし醤油味がついているケンミン焼ビーフンを使えば、調味料を少し準備するだけで、ゆでる時間も必要なし！
フライパンひとつでパスタメニューが完成します。

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
えび：3～4尾
しめじ(きのこ類)：約50g
いんげん：3本
塩こしょう：少々
油：大さじ1/2 (6g)
水：250cc

【調味料】
【A】生クリーム(乳脂肪45～47%)：80cc
【A】トマトケチャップ：大さじ1(約15g)
【A】こしょう：少々

作り方

- (1)
えびは背に切り込みを入れて背わたを取り除く。
いんげんは3cmの長さにカットし、きのこ類は石づきを切り落としてほぐしておく。
- (2)
温めたフライパンに油(大さじ1/2)を熱し、えび・しめじ・いんげんを塩こしょうで炒める。
- (3)
ビーフン・水(250cc)を入れ、ふたをして【中火】で3分加熱する。
加熱途中1分30秒でふたをあげ、ビーフンを裏返してほぐしてください。
- (4)
ふたととり、【調味料A】を加えて全体を混ぜ合わせる。
- (5)
お皿に盛り付ける。