ケンミン食品
株式会社

「詩季織々」タイアップレシピ　~しきおりビーフン（三鮮ビーフン）~



調理時間：20分　調理法：お鍋　カロリー：461kcal　塩分：0.7g

「君の名は。」「天気の子」など新海誠監督作品で知られる、アニメーション制作スタジオのコミックス・ウェーブ・フィルムが手がけた
アニメ「詩季織々」短編「陽だまりの朝食」で主人公シャオミンの故郷の大切な思い出として描かれるビーフンを、ケンミン食品が再現しました。
劇中のビーフンは平めんで、これは物語の舞台である中国湖南省では、「河粉（ホーファン）」と呼ばれている幅広のビーフンとの見解を持っております。
ベトナムの「Pho（フォー）」の原型となった、アジアで広く親しまれているめんの一つです。
そこで今回は、ケンミンの「フォー」を用いたレシピで「しきおりビーフン」をご紹介いたします。

使用商品　ケンミンフォー [140g]



材料　1人前

ケンミン フォー：70g(1/2袋)
豚ひき肉：50g
きざみ生姜：小さじ1/3
きくらげ（もどし）：20g
しいたけ：1～2枚
（乾燥しいたけでも可）
米油：大さじ1/2（6ｇ）

■トッピング
目玉焼き：1個
刻みねぎ：大さじ1（適量）

【A】濃口醤油：小さじ1/2（3ｇ）
【A】酒：小さじ1/2（2.5ｇ）
【A】砂糖：小さじ1/3（1ｇ）

【B】鶏がらスープの素（顆粒）：大さじ1（7.5ｇ）
【B】砂糖：小さじ1/2（1.5ｇ）
【B】水：600cc

作り方

(1)
豚ひき肉に【A】を混ぜ合わせる。

(2)
温めた鍋に米油（大さじ1/2）を熱し、きざみ生姜を炒める。
生姜の香りが出てきたら、豚ひき肉を加えて炒める。

(3)
別鍋で【B】を沸騰させたら、きくらげ・しいたけ・フォーを加えて4分間煮込む。
※塩こしょうでお好みの味に調えてください。

(4)
器にフォーを盛り、2のそぼろ・目玉焼きをのせたら 上からスープをかける。
上に刻みねぎをちらす。

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