ケンミン食品
株式会社

ひき肉と豆腐の具だくさんビーフン（脇屋シェフオリジナルレシピ）

調理時間：15分　調理法：お鍋　カロリー：587kcal　塩分：4.6g

中国料理のプロ 脇屋友詞シェフのオリジナルレシピ！ひき肉の旨味がスープに染み渡る！おうちにある調味料でとっても簡単に作れて、身体もほっと温まる中華スープビーフンです。シャキっと仕上がるほうれん草も楽しめます。

使用商品

味の付いていない ケンミン汁ビーフンプレーン

ケンミン汁ビーフンの味なしプレーンタイプ。いつもの汁ビーフンと同様にお鍋ひとつで簡単調理ができます。お好きな味付けでお楽しみいただけます。家族の食事はちゃんと手料理したいけど、時短や簡単に調理したいと

材料　1人前

- 味の付いていないケンミン汁ビーフンプレーン：1個
- 豚ひき肉：50ｇ
- 豆腐：100ｇ
- ほうれん草：50ｇ
- 卵：1個
- 塩こしょう：適量
- 太白胡麻油：大さじ1（12ｇ）
- 【A】酒：大さじ1（15ｇ）
- 【A】湯：500cc
- 【A】鶏がらスープの素（顆粒）：大さじ1（7.5ｇ）
- 【B】濃口醤油：少々
- 【B】ごま油：小さじ1/2（2ｇ）

作り方

(1)
豆腐は2cm角にカット、ほうれん草はざく切りにする。
卵は溶いておく。

(2)
温めた鍋または深めのフライパンに太白胡麻油（大さじ1）を熱し、豚ひき肉を炒める。

(3)
ひき肉の色が白っぽくなり、香りがたってきたら、【A】の酒→湯→鶏がらスープの素を順番に入れる。
ビーフンを入れ、ふたをして2～3分煮こむ。

(4)
豆腐を加え、さらに2分煮込む。
塩こしょうで味を調え、ほうれん草を加え、さらに1分煮込む。

(5)
【B】で味を調え、溶き卵を全体に回し入れる。

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