

あさりとわかめのごま風味ビーフン（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：375kcal 🧂 塩分：6.1g

中国料理のプロ 脇屋友詞シェフのオリジナルレシピ！あさりから出た旨味たっぷりのスープビーフンです。生姜とごまの香りが食欲をそそります

使用商品

味の付いていないケンミン汁ビーフンブレン

ケンミン汁ビーフンの味なしブレンタイプ。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ブレン：1個
あさり：200g
乾燥わかめ：5g
生姜：1片（15g）
酒：大さじ2（30g）
和風だしの素：小さじ1/2強（2g）
塩こしょう：適量
濃口醤油：適量

湯：500cc
太白胡麻油：大さじ1（12g）

■仕上げ
ごま油：大さじ1（12g）
すりごま：大さじ1（15g）

作り方

- （1）
生姜は1cm角の薄切りにする。
- （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、あさり・生姜を炒める。油が全体に回ったら、酒を入れる。
- （3）
湯（500cc）・：ビーフンを入れて2～3分煮込む。
- （4）
乾燥わかめ・和風だしの素を入れ、さらに2分煮込む。
- （5）
塩こしょう・濃口醤油で味を調える。
仕上げにごま油をまわしかける。