

白菜で簡単！中華風クリーム煮ビーフンのレシピ



🕒 調理時間：20分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：577kcal 🧂 塩分：2.0g

白菜とケンミン焼ビーフンを使った中華風クリームパスタレシピです。
焼ビーフンの鶏だし醤油味や干しえびの旨味がクリームソースに馴染み、中華風の仕上がりになります。

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 2人前

ケンミン焼ビーフン：1袋
豚ばら肉：100g
白菜：2～3枚（250g）
生姜：1/2片（約7g）
干しえび：10g
【A】 ぬるま湯：100cc
【A】 酒：大さじ1（15g）

生クリーム：100cc
塩こしょう：適量
油（白菜炒め用）：小さじ2（8g）
油（ビーフン炒め用）：小さじ1（4g）
黒こしょう：お好みで

作り方

- (1)
干しえびは【A】に10分漬ける。
白菜は包丁を寝かせてそぎ切りにする。
生姜はみじん切りに、豚肉は3～4cm幅にカットする。
- (2)
温めたフライパンに油（小さじ2）を熱し、白菜を軽く炒め、一旦別のお皿に移す。
- (3)
同じフライパンに油（小さじ1）を熱し、生姜・豚肉を炒める。
- (4)
ビーフン・10分漬けた干しえびを汁ごと入れる。
- (5)
取り出した白菜を上に乗せ、生クリーム（100cc）を加え、ふたをして約3分加熱する。【中火】
※加熱途中1分半で一旦ふたをあげ、ビーフンを裏返してほぐしてください。
- (6)
3分後、全体をよく混ぜ、強めに塩こしょうをふる。
器に盛りつけ、お好みで黒こしょうをかける。