ケンミン食品
株式会社

きのこととろっと玉子の焼ビーフン（脇屋シェフオリジナルレシピ）

調理時間：10分　調理法：フライパン　カロリー：407kcal　塩分：3.5g

【中国料理のプロ 脇屋友詞シェフのオリジナルレシピ】
きのこと とろっとした卵の焼ビーフン。
きのこは油を加えずにじっくり炒めることで、きのこ自体の水分と旨味を引き出すことができます。

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
きのこ（エリンギ、しめじ、舞茸など）：合計100g
卵：1個
水：190cc
【調味料】
バター（有塩）：1かけ（10g）
黒こしょう：適量

作り方

(1)
きのこは石づきを切り落とし、小さめに切る。
卵は溶いておく。

(2)
フライパンにきのこを入れて【弱火～中火】できのこの表面に水分出てしんなりするまでじっくり炒める。

(3)
きのこがしんなりしたら、バター・水（190cc）を加え、煮立たせる。

(4)
ビーフンを入れ、ふたをして3分間加熱する。
※加熱途中1分半で一度ふたをあけ、ビーフンを裏返してほぐしてください。

(5)
ふたをとってビーフンときのこを水分が飛ぶまでしっかり炒め合わせる。

(6)
火を止めて溶き卵を回し入れ、全体をざっと混ぜ合わせ、卵が半熟なうちにお皿に取り出したら、仕上げに粗びき黒こしょうをたっぷり振りかけて完成。

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