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、卵が半熱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.