ケンミン食品
株式会社

# 焼肉のたれで簡単！野菜たっぷり焼ビーフン

調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：415kcal　塩分：2.1g

創味食品さま「焼肉のたれ二代目」とケンミン焼ビーフンを使った大皿おかずレシピ♪フルーティーな甘さで、お子さまも食べやすい味に仕上がります。豚肉の代わりに牛肉を使えばプルコギ風になります。カット野菜を使えば、より手軽につくることができますよ。

## 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　3人前

ケンミン焼ビーフン：1個
豚ばら肉：200g
キャベツ：大きめの葉 2枚分（約100g）
ピーマン：1個（約50g）
にんじん：1/3本（約50g）
もやし：50g
焼肉のたれ 二代目：大さじ3（51g）
水：150cc
油：大さじ1（12g）

## 作り方

(1)
キャベツ・ピーマン・にんじんはすべて細切りにする。
豚ばら肉は一口大に切っておく。

(2)
温めた大きめのフライパンに油（大さじ1）を熱し、豚ばら肉を炒める。

(3)
豚ばら肉に火が通ったら、豚ばら肉の上にビーフン→野菜の順番に重ねる。

(4)
水（150cc）を注ぎ、焼肉のたれ 二代目（大さじ3）を加えてふたをし、【中火】で3分加熱する。
※加熱途中1分半ほどでふたをあけ、ビーフンを裏返し、全体を軽く混ぜ合わせてください。

(5)
3分後ふたをとり、火を強めて【強火】にする。
ビーフンの色むらがなくなるように炒め合わせ、残った水分をほどよく飛ばす。

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