

新たまねぎ丸ごと♪ プロのクラムチャウダービーフン



🕒 調理時間：20分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：533kcal 🧂 塩分：4.9g

甘くてみずみずしい新たまねぎを使った汁ビーフン♪
ケンミン食品直営店「健民ダイニング」の人気メニュー「汁ビーフン」のスープをベースにした
クラムチャウダー仕立てのレシピです。
旬のあさりもごろごろ入っています♪

使用商品

お米100% ビーフン [150g]

豊かな水と土で丹精込めてつくられた良質な硬質米を吟味し、お米だけで
つくったお米100%ビーフンです。お米100%だからできるお米の芳醇
な香りとコシのある食感が特徴のお米の魅力が詰まったビーフンです。



材料 2人前

お米100%ビーフン：1/2袋（75g）	【B】生クリーム：30g
新たまねぎ：1個	【B】鶏がらスープの素（顆粒）：小さじ1.5（約4g）
厚切りベーコン：80g	【B】コンソメ顆粒：小さじ1（3g）
冷凍むきあさり：120g	【B】砂糖：小さじ1（3g）
水：400cc	【B】塩：ふたつまみ（2g）
【A】にんにく：5g	水溶性片栗粉：8g（片栗粉、水を各小さじ1ずつ）
【A】生姜：5g	■トッピング
【A】バター：10g	パセリ：適量
【A】オリーブオイル：大さじ7強（30g）	黒こしょう：適量

作り方

- （1）
新たまねぎはスライス、ベーコンは角切りにする。
にんにく・生姜はみじん切りにする。
- （2）
鍋または大きめのボウルに、冷凍むきあさり・水（400cc）を入れて解凍する。
水はあとで使います。
- （3）
熱した大きめのフライパンに【A】を入れ、香りが出てきたら新たまねぎ・ベーコンを入れて炒める。
- （4）
新たまねぎがしんなりしたら、解凍したあさを水ごと加える。
【B】・ビーフンを入れて、ときどき混ぜながら4分煮込む。
- （5）
4分後、ビーフンを先に器に盛りつける。
残ったスープに水溶性片栗粉を入れ、とろみをつける。
- （6）
上からスープをかけ、パセリ・黒こしょうをかける。