

お鍋ひとつで簡単調理！とろとろ冬瓜の中華風スープビーフン



🕒 調理時間：10分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：325kcal 🧂 塩分：5.5g

旬の冬瓜をお鍋ひとつで手軽においしく楽しめる、具だくさんの中華風スープビーフンです。とろとろに煮込んだ冬瓜がスープの旨味をたっぷりと吸い込み、ほんと優しいおいしさに仕上がります。
野菜も一緒にたっぷり食べられる、忙しいにも簡単につくれる一品です。

使用商品

ケンミン汁ビーフン

お鍋ひとつで煮込むだけで旨みのある塩味の汁ビーフンが召し上がりいただけます。
チキンベースに「野菜の旨み」を加え、アクセントに「ごま油」や「生姜」の風味を効かせました。



材料 1人前

ケンミン汁ビーフン：1袋
冬瓜：約130g
白ねぎ：25g
卵：1個

水：500cc

作り方

- (1)
冬瓜は正方形に薄切りにする。
白ねぎは斜め薄切りにする。
卵は溶いておく。
- (2)
水（500cc）に冬瓜と白ねぎを入れ、火にかける。【弱火～中火】
- (3)
沸騰したらふたをし、約5分煮込む。
- (4)
ふたをとり、ビーフンを入れて4分間煮込む。
- (5)
4分後火を止め、添付スープを入れる。
- (6)
溶き卵をまわし入れる。
再び火をつけ、軽く沸騰したら火を止めて完成。