

バター香る♪たっぷりきのこ牛肉のカレー焼ビーフン



🕒 調理時間：10分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：452kcal 🧂 塩分：2.5g

バターで炒めたきのこの香ばしい香りと、牛肉のうま味が広がるカレー焼ビーフン。
バターのコクとカレーの風味が重なり、食欲をそそる味わいに仕上がります！味付けは付属の
カレーパウダーだけなので調味料いらず！
具材を炒めたらビーフンと一緒に蒸し焼きにするだけで完成します。フライパンひとつで手軽
に作れるので、忙しい日のランチや夕食にもぴったりの一皿です。

使用商品

ケンミンカレー焼ビーフン

香味野菜の甘みが溶け込む風味豊かなカレー味です。たっぷりの野菜
とお肉を炒めるだけで、こく深いカレー味の焼ビーフンが手軽に味わ
えます。



材料 1人前

ケンミンカレー焼ビーフン：1袋 バター：1かけ（約10g）
牛こま肉：60g 【トッピング】
お好みのきのこ：合計100g（しめじ、エリン 青ねぎ：お好みで
ギ、えのき等）
玉ねぎ：1/4個（約50g）
水：170cc

作り方

- (1) 牛こま肉・きのこは食べやすい大きさに切る。玉ねぎはくし切りにする。
- (2) フライパンにバターを熱したらきのこを加え、香りが出てくるまで炒める。【中火】
- (3) 牛こま肉を加えて軽く炒める。【中火】

※牛こま肉は炒めすぎると硬くなりますので、「軽く」炒めてください。炒めた後、ビーフンと一緒に4分間蒸す
ので、軽く炒める程度でも十分火は通ります。

- (4) ビーフン→玉ねぎの順に重ねたら水（170cc）を加えてふたをし、【中火】で4分間加熱する。

※加熱途中2分で一度ふたを取ってビーフンを裏返し、全体を軽く混ぜ合わせてください。

- (5) 4分後ふたをとり全体を軽くまぜて残った水分をほどよくとばした後、添付のカレーパウダーを加える。
- (6) ムラがないよう混ぜ合わせる。

お好みで青ねぎをトッピングしたら完成。