ビーフンの冷凍保存方法 | 作り置きで簡単 幼児食におすすめのビーフンキューブ









便利な少量冷凍ストック術!炒め物、スープ、サラダや和え物などアレンジ自由自在 解凍は、電子レンジ・ゆでる・炒め、どれでもOKです。

【ママ社員考案レシピ】

子どもの好きなめんメニュー!ビーフンがフォークに絡まりやすく、いっぱいすくえて食べや

毎回少量ずつゆでるのは手間が省けます

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 キューブ8個分

沸騰したお湯にビーフンを入れ、ふつふつとした火加減で7分ゆでる。 ゆであがったら水洗いをして、しっかりと水気を絞る。

ビーフンのゆで方について詳しく解説

水気をきったビーフンに少量のサラダ油をまぶす

ビーフンを約30gずつ、製氷容器のポケットに小分けにする。 容器にふたをして、冷凍庫で凍らせる。

製氷容器かない場合は、小さめのタッパーをご使用ください。

【電子レンジでの解凍方法】

キューブ・水(小さじ1)を深めの容器に入れて、ラップし約1分間加熱して解凍する。

キューブを凍ったまま温めたスープやお湯の入った鍋に入れ、ほぐしながら再沸騰す

【フライパンでの解凍方法】

キューブ・水(大さじ1)をフライパンに入れてふたをして加熱してください。

ビーフンキューブを使ったレシピはこちら

レシピ:「幼児食にも 電子レンジでビーフンナポリタン」の作り方

レシピ:「余った節分豆をリメイク 福豆ビーフン小鉢」の作り方

レシピ:「幼児食に かぼちゃのポタージュビーフン」の作り方