ケンミン食品株式会社

牛ロースとビーフンの柳川風

調理時間：15分　調理法：お鍋　カロリー：376kcal　塩分：1.0g

「祇園さゝ木」佐々木浩シェフ考案レシピ①
牛ロース肉の贅沢な味わいと、ダシのふくよかな旨味を煮て、ビーフンに浸透させます。
「白ごはんとおかずを口の中で混ぜて味を作る、 日本特有の食文化
「口中調味」を、ビーフンで表現しました」と佐々木さん。
米100%の「ケンミンビーフン」だからこそ実現する和食のダシとの相性の良さも、ぜひお楽しみください。

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　直径12cmの小鍋1個分

ケンミンお米100%ビーフン：20ｇ
牛ロース肉：50g
全卵：1個
三つ葉：適量
粉山椒：適量
あわせダシ：50cc ※A

■あわせダシA(作りやすい分量)
和風ダシ：150cc
薄口醤油：5cc
濃い口醤油：5cc

作り方

(1)
鍋にたっぷりの湯を沸かし、ビーフンを2分茹でる。ザルに上げ、流水でもみ洗いする。
(2)
【point】両手でビーフンを包み込み、水気をしっかり絞る。
(3)
小鍋に1のビーフンを敷き、牛ロース肉をのせ、Aのあわせダシを張り中火にかける。
(4)
２が沸いてきたら溶き卵を流し入れて弱火で30秒～1分。卵が好みの固さになれば火を止め、三つ葉を散らし粉山椒を振る。

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