

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

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。

「白ごはんとあ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。

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。

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。

