ケンミン食品株式会社

炊き込みビーフン

調理時間：50分　調理法：炊飯器　カロリー：279kcal　塩分：1.3g

「祇園さゝ木」佐々木浩シェフ考案レシピ③
ご飯を炊く感覚でビーフンを炊き込みに！
ビーフンは歯切れがよく独特の柔らかさで、 鶏肉はじめ5種の具材の味わいが凝縮。

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　4人分

ケンミンお米100%ビーフン：150ｇ
鶏モモ肉：100g
シイタケ：50ｇ
ニンジン：30ｇ
ゴボウ：50ｇ
油揚げ：1/2枚
あわせダシA：445cc

■あわせだしA(作りやすい分量)
和風ダシ：400cc
薄口醤油：30cc
濃い口醤油：15cc

作り方

(1)
鶏モモ肉は5mm角に、シイタケは石づきを取り数ミリのスライスに切る。
(2)
ニンジン、ゴボウは千切り、油揚げは食べやすい大きさに切る。
(3)
炊飯器に半分に折ったビーフンを敷き詰め、その上に具材をのせAを注ぎ入れ、炊飯する。

(4)
炊き上がればさっくりと混ぜ合わせて完成。

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