

オイスタークリーミーとマヨネーズを使ったごろごろ野菜の焼ビーフン



調理時間：10分



調理法：フライパン



カロリー：670kcal



塩分：5.4g

「食からはじまる、笑顔のある暮らし。」をテーマに食から暮らしを笑顔にする情報をお届けするメディア「macaroni」さまとコラボ！macaroni 料理研究家 はまりさん考案レシピです。食感も楽しいごろごろ野菜を楽しむビーフン。オイスタークリーミーとマヨネーズを使って、フライパンひとつで美味しく野菜がたっぷり摂れます

使用商品

ケンミン焼ビーフン 鶏だし醤油

1960年生まれのロングセラー商品。

味付タイプのビーフンなので、ゆで戻す手間がいりません。

フライパンでも電子レンジでも簡単に調理できるノンフライめん。



材料 1~2人前

ケンミン 焼ビーフン : 1袋
豚バラ肉（薄切り）: 50g
赤パプリカ : 1/4個
黄パプリカ : 1/4個
なす : 1本
キャベツ : 1/2枚
れんこん : 2cm

じゃがいも : 1/2個
マヨネーズ : 大さじ1杯
オイスタークリーミー : 大さじ1杯
水 : 150cc

作り方

(1) 豚バラ肉、キャベツはひと口大、パプリカは1cm幅、なすは1cm幅の半月切り、れんこん、じゃがいもは薄く半月切りにします。

(2) 油を引かずして豚バラ肉を並べ、カリカリになるまで焼きます。マヨネーズ、野菜を入れて火が通るまで焼きます。オイスタークリーミーを加えて絡め、取り出します。

(3) ビーフン、水を入れてビーフンが柔らかくなるまで煮こみます。ビーフンがやわらかくなり水分が飛んだら、の野菜を戻し入れ、絡めて完成です。