ケンミン食品株式会社

YUNYUN 福建焼ビーフン【基本の作り方】

調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：437kcal　塩分：1.1g

YUNYUN（神戸南京町店・ルクア大阪店）の人気メニュー
「福建焼ビーフン」をおうちで簡単に作ってみませんか？

使用商品　YUNYUNお土産用　ケンミン　米100%ビーフン

YUNYUNの人気メニュー「福建焼ビーフン」や「台南担仔ビーフン」で使用されている、ケンミン食品こだわりのお米100%ビーフン。
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　1人前

YUNYUNお米100%ビーフン：50g
豚ばら薄切り肉：30g
キャベツ：1枚（50g）
にんじん：1/8本(約20g)
にら：約10g
白ねぎ：10cm(約25g)

■調味料A
鶏がらスープの素（顆粒）：小さじ2/3(約1.7g)
濃口醤油：小さじ1/2(約3g)
塩こしょう：少々

■サラダ油
下ごしらえ用：大さじ1/2（6g）
炒め用：大さじ1/2（6g）

作り方

(1)
具材は全て細切りにする。

(2)
沸騰したたっぷりの湯にビーフンを入れ、約4分間ゆでてもどす。

(3)
ザルに取り、流水で洗いながらしっかり冷やす。
ビーフンをしっかりしぼり、水気をよくとる。

(4)
ボウルで下ごしらえ用のサラダ油とビーフンを絡める。

(5)
フライパンにビーフンを広げ、中火でビーフンの表面を焼く。パチパチ音がしたら静かにひっくり返す。
これを約1-2分間繰り返し、器に取り出す。

(6)
フライパンに炒め用のサラダ油を入れ、豚肉を炒める。

(7)
野菜を入れて香ばしくなるまでしっかりと炒める。
※炒める際はあまり具材を触らない。

(8)
下ごしらえしたビーフンを入れて、炒めた具材の香ばしさをビーフンに移すように炒め合わせる。

(9)
中華調味料と塩こしょうで味付けする。

(10)
フライパンの鍋肌にしょうゆを流し入れて香り付けし、混ぜ合わせて火を止める。

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