

## からだぼかぼか温まる生姜と冬野菜のフォー



🕒 調理時間：15分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：375kcal 🧂 塩分：3.6g

冬冬に美味しい白菜、大根、人参を使って簡単温活 ベトナム風フォーを使ってひと手間かけることで簡単あったかメニューが完成！

【健民ダイニング六本木店小田シェフのおすすめレシピ】そのまま食べても美味しいベトナム風フォーが、ちょっとひと手間加えることで、冬にぴったりのメニューに変身するレシピを考えてみました！簡単なので、是非お試しください

### 使用商品

### 米粉專家 ベトナム風フォー

ランチタイムに、お鍋ひとつで手軽にアジアブチトリップ。ツルっとしたお米の平めん、あっさり鶏がらスープを合わせました。魚醤の旨味とコリアンダーの優しい香りが口いっぱい広がります。



### 材料 1人前

ケンミン 米粉專家 ベトナム風フォー：1袋  
【A】薄口しょうゆ：10g  
【A】砂糖：5g  
【A】おろししょうが：2かけ（約20g） チューブの場合大さじ1～（13g～）  
白菜：30g  
大根：30g  
人参：10g  
豚バラ肉：20g  
青ネギ（小口切り）：適量  
水：500cc

### 作り方

- (1) 白菜はざく切り、大根と人参は薄めの短冊に切る。豚バラ肉は一口大に切る。Aを混ぜ合わせておく。
- (2) 鍋に水500ccと野菜を入れて沸騰させたら、フォーを入れて約3分間加熱する。Aと、豚バラ肉を加え、約1分間加熱する。
- (3) 添付のスープを加え、混ぜ合わせたら、器に盛り付け、最後に青ネギをトッピングする。