ケンミン食品株式会社

ケンミンカレー焼ビーフンのレシピ【基本の作り方】

調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：554kcal　塩分：3.6g

【商品裏面レシピ】
たっぷりの野菜を炒め、カレーパウダーとからめるだけでカレー味の焼ビーフンが召し上がりいただけます。
香味野菜の甘みが溶け込む、風味豊かな味わいのカレー味です。

使用商品　**ケンミンカレー焼ビーフン**

香味野菜の甘みが溶け込む風味豊かなカレー味です。たっぷりの野菜とお肉を炒めるだけで、こく深いカレー味の焼ビーフンが手軽に味わえます。

材料　1人前

ケンミンカレー焼ビーフン：1袋
豚ばら肉：2枚（60g）
キャベツ：1枚（50g）
にんじん：1/8本（20g）
ピーマン：1/2個（25g）
白ねぎ：10㎝（25g）
油：大さじ1/2（6g）
水：170cc

作り方

（1）
豚ばら肉・キャベツは一口大にカットする。
にんじん・ピーマンは細切り、白ねぎは斜め薄切りにする。

（2）
フライパンを熱して油（大さじ1/2）を入れ、豚肉を1枚ずつ並べ、火が通るまで加熱する。

（3）
豚肉の上にビーフンをのせ、ビーフンの上に野菜をのせる。

（4）
水170ccを注ぎ、中火で4分間加熱する。

※2袋以上つくる場合、具材の量は倍量にし、水の量は下記を参考にしてください。
【2袋：220cc】
【3袋：270cc】
【4袋：320cc】

（5）
4分後ふたをとり、全体を軽くまぜ、残った水分をほどよく飛ばした後、添付のカレーパウダーを全体にまんべんなく加えてよく炒め合わせる。

（6）
【電子レンジ調理の場合】
①耐熱容器にビーフン→具材を順に重ね、水（120cc）・油（大さじ1/2）を入れる。

②ふた または ふんわりラップをして電子レンジで加熱する。
※加熱途中、一旦ビーフンをほぐしてください。
【500W：7分10秒 または 600W：6分】
※電子レンジでの加熱時間は機種により異なりますので、お使いの機種によって調整してください。

③全体を混ぜ合わせ、添付のカレーパウダーをかけてよく混ぜる。

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