ケンミン食品株式会社

冷やし麻辣ビーフン ～本格煮玉子添え～

調理時間：30分　調理法：お鍋　カロリー：497kcal　塩分：4.2g

本格冷やし中華メニューに挑戦したい方にお届けする、ウマ辛ビーフンメニューです。
プロが教える自家製 麻辣スープと煮玉子はやみつきになる味です♪
麻辣スープに納豆・ビーフンの細めんがよく絡みます！

【ケンミン食品直営店 YUNYUNシェフのレシピ】
ケンミン食品直営店 健民ダイニングのノウハウが詰まった本格派にオススメする逸品。
クラッシュチーズでカリカリ食感も楽しい逸品です♪
残ったスープにご飯・とろけるチーズを足しても美味しいですよ☆

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　1人前

お米100%ビーフン：75ｇ（1/2袋）
卵：1個
納豆（小粒）：1パック
オクラ：2本
スライスチーズ：1枚
白ねぎ：適量（3ｇ）
青ねぎ：適量（3ｇ）

■本格煮卵のタレ（卵2個分）
【A】濃口醤油：10ｇ
【A】牡蠣醤油：10ｇ
【A】たまり醤油：2ｇ
【A】（老抽王）
【A】グラニュー糖：10ｇ
【A】氷砂糖：10ｇ
【A】酒：5ｇ
【A】紹興酒：5ｇ
【A】はちみつ：2ｇ
【A】八角：3ｇ
【A】シナモン：3ｇ
【A】（スティックがおすすめ）
【A】水：40ｇ

■麻辣スープ
【B】牡蠣だし醤油：6ｇ
【B】たまり醤油：1ｇ
【B】鶏がらスープの素：3ｇ
【B】和風だしの素：1ｇ
【B】グラニュー糖：2ｇ
【B】麻辣醤：2ｇ
【B】ピーナッツバター：2ｇ
【B】生姜みじん切り：1ｇ
【B】ごま油：適量
【B】水：200cc
■お好みで
ラー油：適量
黒酢：適量

作り方

（1）
オクラはゆでて5㎜幅に切る。
白ねぎはみじん切り、青ねぎは小口切りにする。

（2）
【本格煮玉子の作り方】
本格煮卵のタレの材料【A】を鍋に入れてひと煮立ちさせる。
卵は酢・塩（各適量）を入れたお湯で6分ゆでる。
ゆでたら冷水にあてながらカラをむき、本格煮玉子のタレに漬け込む（2時間以上）。

（3）
【麻辣スープの作り方】
麻辣スープの材料【B】を鍋に入れてひと煮立ちさせたら冷蔵庫で冷やしておく。

（4）
沸騰したお湯にビーフンを入れ、4分ふつふつとした火加減でゆでる。
ゆであがったら水洗いをしてしっかりと水気を切ったあと、ごま油（適量）をまぶす。

●ビーフンのゆで方についてはこちら

●動画で詳しく解説
（5）
スライスチーズはクッキングシートの上にのせて電子レンジで１分加熱してカリカリに焼きあげる。
焼いたあとは、適当な大きさにクラッシュさせる。
納豆は添付のタレとからしを混ぜておく。

（6）
器にゆでたビーフンを盛り付け、麻辣スープをかける。
上に納豆・オクラ・切った煮玉子・5のクラッシュチーズをトッピングする。

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