ケンミン食品株式会社

焼ビーフンで！鶏南蛮風年越し汁ビーフン

調理時間：10分　調理法：お鍋　カロリー：649kcal　塩分：4.8g

焼ビーフンで年越し！こんがり焼いた甘くて香ばしい白ねぎと鶏肉の旨味が入った、お出汁が自慢の簡単レシピです。
【管理栄養士のレシピ】
「お米100%ビーフン」を使った年越しそば風レシピもおすすめですが、「ケンミン焼ビーフン」を使ってもっとお手軽に年越しそば風が楽しめるレシピを作りました。めんに味がついている焼ビーフンからでた お出汁の味と、白ねぎの香ばしい風味、鶏肉と白だしのうま味の相乗効果で本格スープに変身します♪

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人前

ケンミン焼ビーフン：1袋
鶏もも肉：1/2枚（約120g）
白ねぎ：50g（約1/2本）
白だし：大さじ1（18g）
水：600cc
米油：大さじ1/2（6g）
■トッピング
水菜：適量

作り方

（1）
白ねぎは40g分はぶつ切りに、10g分はトッピング用に白髪ねぎとして細く切る。鶏もも肉は一口大に切る。

（2）
温めた鍋に米油（大さじ1/2）を熱し、鶏もも肉と白ねぎにこんがりと焼きめをつける。

（3）
水（600cc）を加えて沸騰させたら、焼ビーフンと白だしを入れて【中火】で3分煮込む。

（4）
白髪ねぎ・お好みで水菜をトッピングする。お好みの薬味（かんずり・ゆず胡椒・七味）で味変もおすすめです。

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