ケンミン食品株式会社

白ねぎ1本使い切り！香ばしねぎの焼ビーフン

調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：594kcal　塩分：3.1g

ねぎ1本使い切り！ねぎの青い部分まで使う、美味しさを丸ごと味わうレシピです。

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
白ねぎ：1本（90g）
豚ばら肉：50g
おろし生姜：小さじ1（5g）
おろしにんにく：小さじ1（5g）
水：190cc
油：大さじ1（12g）

作り方

（1）
白ねぎは緑色の部分も含め、斜め薄切りにする。
豚ばら肉は一口大にカットする。

（2）
フライパンに油（大さじ1）を熱し、白ねぎをじっくり炒める。

（3）
白ねぎに焼き目がついたら、豚ばら肉・おろしにんにく・おろし生姜を加え、香りが出るまで炒める。

（4）
焼ビーフン・水（190cc）を加え、ふたをして【中火】で3分加熱する。
※加熱途中1分30秒でビーフンを裏返し、ほぐしてください。

（5）
3分後ふたをとり、残った水分をほどよく飛ばす。

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