ケンミン食品株式会社

ねぎの旨味引き立つ参鶏湯風汁ビーフン

調理時間：15分　調理法：お鍋　カロリー：652kcal　塩分：5.3g

長時間煮込みが必要な参鶏湯（サムゲタン）を時短で簡単に！白ねぎがとろっと甘い絶品のスープメニュー。
冬場のネギは特にやわらかく甘みも強いため、寒さが厳しい時期にほっこりあたたまるレシピとしてオススメです。

使用商品　ケンミン 汁ビーフン

お鍋ひとつで煮込むだけで旨みのある塩味の汁ビーフンが召し上がりいただけます。
チキンベースに「野菜の旨み」を加え、アクセントに「ごま油」や「生姜」の風味を効かせました。

材料　1人前

ケンミン汁ビーフン：1袋
白ねぎ：1本（90g）
鶏もも肉：1/2枚（120g）
にんにく：1/2片（5g）
生姜：1/2片（5g）
水：500cc
油：大さじ1/2（6g）
■トッピング
ごま油：小さじ1（4g）
黒こしょう：少々

作り方

（1）
白ねぎは緑色の部分を含め、斜め切りにする。
鶏肉は一口大に、にんにく・生姜は薄切りにする。

（2）
鍋に油（大さじ1/2）・にんにく・生姜を入れて火をつけ、香りが出たら白ねぎ・鶏肉を軽く炒める。

（3）
水（500cc）・添付スープを入れる。
沸騰したら、ビーフンを加えてふたをせずに4分間煮込む【中火】。
※時々アクを取り除いてください。

（4）
ごま油・黒こしょうをトッピングしたら完成。

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