カルボナーラビーフンの簡単で絶品本格パスタレシピ!









2025年9月3日テレビで紹介されました

生クリームなし!調味料も使わず、パスタもゆでません。

神戸のイタリアンシェフに教わった牛乳と全卵でつくる、ケンミン焼ピーフンだからこそできる 簡単本格カルボナーラのレシピです。 牛乳と卵だけでもできますが、プラスでベーコンとチーズを足すことで、より濃厚に美味しくつくれます。

焼ビーフンで美味しく仕上げるコツ

水と牛乳の割合は約1:1

チーズは良く溶けるように細かく削っておくこと(冷凍して削ってもOK)

仕上げは弱火でじっくりと火を通す

- 焼ビーフンについている味付けを利用して、本格カルボナーラができないかと考えました。

本来のカルボナーラは、生クリームは使わず、チーズと全卵(とパンチェッタ)でつくると聞き、チャレンジしてみましたが、物足りない感じ

ある日、神戸のイタリアンシェフに相談させていただいたところ、「動物性の牛乳を使ったほうが焼ビーフンについている鶏や豚の出汁を生 かすことができますよ」と教えていただき、水と牛乳の配分の試作を重ね、とうとう簡単に作れる至高のカルボナーラができました!

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 厚切りベーコン:40g チーズ:15~30g 全卵:2個 牛乳:100cc 水:110cc

後がけチーズ:適量

(1) ベーコンは1cm幅にカットしておく。

フライパンの中央に焼ビーフンをおき、牛乳(100cc)・水(110cc)を入れる。 ふたをして3分蒸し焼きにする。【中火】

牛乳を使うため、いつもより多めの水分にします。

途中1分半で一旦ふたをあけてめんをひっくり返すと、よりビーフンとソースが馴染みます。

水気がなくなったら火を止めて、ねっとりとしたソースをめんに絡ませる。

熱々のフライパンを少し冷まして粗熱をとる。 溶き卵を入れて、すばやくしっかり混ぜ、全体にいきわたるように絡める。 フライパンからボウルに移し替えてもOKです。

(8)