

あさりとわかめのごま風味ビーフン(脇屋シェフオリジナルレシピ)



🕒 調理時間：15分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：375kcal 🧂 塩分：6.1g

中国料理のプロ 脇屋友詞シェフのオリジナルレシピ！あさりから出た旨味たっぷりのスープビーフンです。生姜とごまの香りが食欲をそそります

使用商品

味の付いていないケンミン汁ビーフンブレン

ケンミン汁ビーフンの味なしブレンタイプ。いつもの汁ビーフンと同様にお鍋ひとつで簡単調理ができます。お好きな味付けでお楽しみいただけます。家族の食事はちゃんと手料理したいけど、時短や簡単に調理したいと



材料 1人前

味の付いていないケンミン汁ビーフンブレン：1個
あさり：200g
乾燥わかめ：5g
生姜：1片(15g)
酒：大さじ2(30g)
和風だしの素：小さじ1/2強(2g)
塩こしょう：適量
濃口醤油：適量

湯：500cc
太白胡麻油：大さじ1(12g)

■仕上げ
ごま油：大さじ1(12g)
すりごま：大さじ1(15g)

作り方

- (1)
生姜は1cm角の薄切りにする。
- (2)
温めた鍋または深めのフライパンに太白胡麻油(大さじ1)を熱し、あさり・生姜を炒める。油が全体に回ったら、酒を入れる。
- (3)
湯(500cc)・：ビーフンを入れて2~3分煮込む。
- (4)
乾燥わかめ・和風だしの素を入れ、さらに2分煮込む。
- (5)
塩こしょう・濃口醤油で味を調える。
仕上げにごま油をまわしかける。