

きゅうりとザーサイのさっぱりビーフン(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：555kcal 🧂 塩分：7.8g

中国料理のプロ 脇屋友詞シェフのオリジナルレシピ！シンプルな具材からうま味を引き出した究極の中華スープビーフンメニューです！

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
きゅうり：1本(100g)
ザーサイ：30g
生姜：10g
豚ばら肉：50g
鶏がらスープの素(顆粒)：大さじ1(7.5g)
湯：500cc
塩こしょう：適量
太白胡麻油：大さじ1(12g)

作り方

- (1)
豚ばら肉・ザーサイは細切りにする。
きゅうり・生姜は皮を剥いて千切りにする。
- (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、豚ばら肉と生姜を炒める。
- (3)
肉の色が変わってきたら、ザーサイ・半量の鶏がらスープの素・湯(500cc)・ビーフンを入れる。
ふたをして4~5分煮込む。
- (4)
きゅうり・残りの鶏がらスープの素を入れ、塩こしょうで味を調える。
ザーサイの塩気があるので塩こしょうは調節してください。