

## 白菜で簡単！中華風クリーム煮ビーフンのレシピ



🕒 調理時間：20分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：577kcal 🧂 塩分：2.0g

白菜とケンミン焼ビーフンを使った中華風クリームパスタレシピです。  
焼ビーフンの鶏だし醤油味や干しえびの旨味がクリームソースに馴染み、中華風の仕上がりになります。

### 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 2人前

ケンミン焼ビーフン：1袋  
豚ばら肉：100g  
白菜：2～3枚（250g）  
生姜：1/2片（約7g）  
干しえび：10g  
【A】 ぬるま湯：100cc  
【A】 酒：大さじ1（15g）

生クリーム：100cc  
塩こしょう：適量  
米油（白菜炒め用）：小さじ2（8g）  
米油（ビーフン炒め用）：小さじ1（4g）  
黒こしょう：お好みで

### 作り方

- (1)  
干しえびは【A】に10分漬ける。  
白菜は包丁を寝かせてそぎ切りにする。  
生姜はみじん切りに、豚肉は3～4cm幅にカットする。
- (2)  
温めたフライパンに米油（小さじ2）を熱し、白菜を軽く炒め、一旦別のお皿に移す。
- (3)  
同じフライパンに米油（小さじ1）を熱し、生姜・豚肉を炒める。
- (4)  
ビーフン・10分漬けた干しえびを汁ごと入れる。
- (5)  
取り出した白菜を上に乗せ、生クリーム（100cc）を加え、ふたをして約3分加熱する。【中火】  
※加熱途中1分半で一旦ふたをあげ、ビーフンを裏返してほぐしてください。
- (6)  
3分後、全体をよく混ぜ、強めに塩こしょうをふる。  
器に盛りつけ、お好みで黒こしょうをかける。