

ピリ辛ねぎの汁ビーフン(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：527kcal 🧂 塩分：6.5g

【中国料理のプロ 脇屋友詞シェフのオリジナルレシピ】
中華ねぎそばをイメージした一品。
ねぎのシャキシャキとした食感とびりりとした香りを楽しめる、ねぎ好きにはたまらない汁ビーフンです。

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がいただけます。
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：1/2本(約50g)
万能ねぎ：2本(約20g)
ハム：3枚
水：500cc

太白胡麻油：大さじ2(24g)
豆板醤：小さじ1/2(3g)
(お好みで、一味唐辛子や七味唐辛子でも代用可)

作り方

- (1)
ねぎの水気はしっかりとふき取っておく。
白ねぎは3cm幅に斜め薄切り、万能ねぎは小口切りにする。
ハムは細く切る。
- (2)
鍋に太白胡麻油を入れて火にかけ、うっすら煙が出てくるまで熱する。
しっかりと熱することができたら火を止め、切った白ねぎと万能ねぎを鍋に一気に加え、しっかりと油と和える。
ポウルに取り出し、豆板醤を加えてよく混ぜ合わせる。
- (3)
2の鍋に(油は拭かず)ハムを入れて炒める【中火】。
水(500cc)を加えて沸騰させる。
- (4)
ビーフンを入れて4分間煮込む。
- (5)
4分後、火を止めて添付スープを加え、よく混ぜる。
器にスープごと盛り付け、2のねぎをこんもりと乗せる。