ケンミン食品株式会社

豚バラと青ネギのガッツリ塩こんぶビーフン

調理時間：15分　調理法：フライパン　カロリー：272kcal　塩分：0.8g

簡単に作れてボリューム満点の大皿おかずメニュー♪
塩こんぶの塩味とビーフンの鶏だし醤油味が相性抜群！お酒も進む居酒屋風のメニューです。

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　4人前

ケンミン焼ビーフン：1袋
豚ばら肉：200g
青ねぎ：約1束（100g）
塩こんぶ：15g
サラダ油：大さじ1（12g）
水：190cc

作り方

（1）
豚ばら肉は5cm幅でカットしておく。
青ねぎは小口切りにする。

（2）
大きめのフライパンにサラダ油（大さじ1/2）を熱し、豚ばら肉をしっかりと炒める。
ビーフンと水（190cc）を入れ、ふたをして3分蒸し焼きにする。

（3）
3分後ふたを開け、程よく水分を飛ばたら、青ねぎと塩こんぶを加えてさっと混ぜ合わせる。

（4）
器に盛り付けて完成です。

Copyright (c) KENMIN FOODS co., ltd. All rights reserved.