ケンミン食品株式会社

ポリ袋調理で♪あの有名アニメ映画を再現!?簡単ミートボールパスタ

調理時間：10分　調理法：フライパン　カロリー：264kcal　塩分：3.5g

袋に材料を全て入れて湯煎で作れちゃう簡単パスタ！
普段から備蓄としてストックしやすい食材で、調味料いらず&洗い物もナシで作れます◎
有名アニメ映画のミートボールパスタをイメージしてみました♪

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　1人前

ケンミン焼ビーフン：1袋
いつでもミートボール（イシイのおべんとクン ミートボールでも可）：1袋
【A】トマトジュース(無塩)：100ml
【A】水：100ml

■トッピング
粉チーズ：適量
パセリ：適量

作り方

(1)
今回使用する食材です。

(2)
【湯煎調理の場合】
①「いつでもミートボール」を袋越しに3個だけ潰す。
耐熱のポリ袋に「ケンミン焼ビーフン」・「いつでもミートボール」をソースごと、【A】をビーフンの上から注ぐ。
なるべく空気を抜いて袋を結ぶ。

(3)
②鍋にひと回り小さい皿を入れて水をはり、①を皿の上にのせる。
ふたをして【中火】にかけ、沸騰したら【弱火】で5分加熱する。

(4)
③加熱後、8～10分放置してビーフンに水分を吸わせる。お好みで粉チーズやパセリをトッピングする。

(5)
【電子レンジ調理の場合】
①「いつでもミートボール」を袋越しに3個だけ潰す。
耐熱のポリ袋に「ケンミン焼ビーフン」と「いつでもミートボール」をソースごと入れる。
【A】をビーフンの上から注ぐ。

②袋をねじって封をする。
(※絶対に袋を結ばないで下さい！レンジ加熱によって袋が膨らんで、自然に締まります)

③1回目の電子レンジ加熱を行う。【600W：2分】
(※水分がこぼれてしまうので、加熱する際は耐熱皿を敷いてください)

④ビーフンの柔らかさにムラがあるのでよく混ぜて、水分を全体に馴染ませる。
もう一度袋をねじって、2回目の電子レンジ加熱を行う。【600W：2分】

⑤加熱後、5～10分放置してビーフンに水分を吸わせる。
お好みで粉チーズやパセリをトッピングする。

(6)
●石井食品さまについてはこちら

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