





ほっこりあったか 鶏粥ビーフン



 調理時間：15分  調理法：お鍋  カロリー：386kcal  塩分：5.4g

鶏ももの旨みがしっかり染み出たスープに、きのこの香りと豆乳のまるやかさ、バターのコクがとけ合うやさしい味わい。

ビーフンは細かく碎いてふんわり煮込み、まるでお粥のように食べやすい仕上がりに。ほっと心まで温まる、やさしい鶏粥風スープビーフンです。

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
鶏もも肉：約60g
きのこ類（しめじ・エリンギ・まいたけ）：
合計約50g
豆乳：大さじ2（約30g）
バター：3g
水：470cc

ごま油：小さじ1（約4g）
トッピング
青ねぎ（小口切り）：適量
黒こしょう：適量

作り方

- (1) 鶏もも肉・きのこ類は一口大カットにする。
汁ビーフンは袋ごしにめんを細かく砕く。
- (2) 小鍋にごま油（小さじ1）を熱し、鶏肉を焼き色がつくまで炒める。
- (3) きんこの類を加え、香りが出るまで炒める。
- (4) 水（470cc）を入れて沸騰させる。
砕いためんを入れてふたをして5分煮込む。【弱～中火】
- (5) 5分後、添付スープ・豆乳・バターを入れてひと煮立ちさせる。
- (6) 器に盛り付け、青ねぎと黒こしょうをトッピングする。