





納豆卵オムカレー焼ビーフン



 調理時間：10分  調理法：フライパン  カロリー：1107kcal  塩分：4.0g

ヴィッセル神戸STAYHOME企画で、GK1 前川
薫也選手が焼ビーフンを使ってレシピを考案して下さいました！
フライパンひとつで作れる栄養満点レシピ 1日1/3以上の野菜が摂れる、スパイシーなカレー
ビーフンとまったりした風味の納豆卵が相性抜群の一品です

使用商品 ケンミン焼ビーフン 幻のカレー

たっぷりの野菜を炒め、カレーパウダーとからめるだけでカレー味の焼ビーフンが召し上がりいただけます。幻のカレー味は、1980年代に発売した焼ビーフンカレー味を現代風にアレンジしたことに由来し、スパイスの



材料 1人前

ケンミン 焼ビーフン 幻のカレー味：1袋
豚肉：100g
むきえび：6尾（約50g）
キャベツ：2枚（約70g）
人参：1/2本（約50g）
水：190cc

卵：2個
納豆：1パック
サラダ油（焼ビーフン炒め用）：大さじ1/2(6g)
サラダ油（卵炒め用）：大さじ1（12g）

作り方

- (1) 豚肉、キャベツはひと口大に、人参は短冊切りにカットする。
- (2) 熱したフライパンに、豚肉、ムキエビ、ビーフン、キャベツ、人参を重ねる。
- (3) 水を注ぎ、ふたをして約4分間中火で加熱する。4分後、添付のカレーパウダーをかけ、水分を飛ばす。お皿に盛り付けておく。
- (4) 卵2個と納豆1パックを良く混ぜ、フライパンに油を熱し薄焼き卵を作る。
- (5) 先に盛り付けておいたビーフンの上に、卵を乗せて完成！