

和風パスタ風 明太マヨビーフン



🕒 調理時間：20分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：425kcal 🧂 塩分：8.8g

明太子とマヨネーズのプチプチソースとビーフンのもちもち食感が しめじと玉ねぎ、具材が
ごろごろ入っています。ランチにも

【YUNYUN南京町店シェフ考案】和風パスタの定番をビーフンを使って簡単に作りました。商
品化された明太子焼ビーフンを少しアレンジした簡単にできる1品です。明太子とビーフンの食
感のコントラストをぜひお楽しみください。

使用商品

お米100% ビーフン (150g)

豊かな水と土で丹精込めてつくられた良質な硬質米を吟味し、お米だけ
でつくったお米100%ビーフンです。お米100%だからできるお米の芳醇
な香りとコシのある食感が特徴のお米の魅力が詰まったビーフンです。



材料 1人前

ケンミン お米100%ビーフン：50g
玉ねぎ：1/5個（40g）
しめじ：1/3袋（30g）
バター：5g
塩：少々
オリーブ油：少々
大葉（トッピング用）：3枚（8～12g）

【A】 辛子明太子：30g
【A】 マヨネーズ：20g
【A】 こしょう：少々
【A】 白だし：小さじ1（5g）

作り方

- (1) 沸騰したお湯にビーフンを入れ軽くほぐし3分茹でる。ザルに移し水洗いはせずに、オリーブ油をまぶす。
- (2) 大きめのボウルにAを入れ混ぜ合わせる。（明太子は薄皮を切りスプーンで身を取り除く）
- (3) フライパンを熱し、バターを入れ玉ねぎ、しめじを弱火で炒める。玉ねぎがしんなりしたら茹でたビーフン、塩を入れ軽く炒める。
- (4) 2のボウルに炒めたビーフンと具材を入れて、ほぐしながら混ぜ合わせる。
- (5) 器に盛り、大葉をトッピングする。