

ケンミン焼ビーフン幻のカレー味【基本の作り方】



調理時間：15分 調理法：フライパン カロリー：554kcal 塩分：3.6g

【商品裏面レシピ】

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。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、十数種類のスパイスの香りが効いた、後味がクセになる一品です！

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
豚バラ肉(一口大)：2枚(60g)
キャベツ(一口大)：1枚(50g)
にんじん(短冊切り)：1/8本(20g)
ピーマン(細切り)：1/2個(25g)
白ねぎ(斜め薄切り)：10cm(25g)
油(炒め用)：大さじ1/2(6g)
水：170cc

作り方

- (1) 豚バラ肉・キャベツは一口大、野菜は細切りにする。
- (2) フライパンを熱して油大さじ1/2(6g)を入れ、豚肉を1枚ずつ並べ、火が通るまで加熱する。
- (3) 豚肉の上にビーフンをのせ、ビーフンの上に野菜をのせる。
- (4) 水170ccを注ぎ、中火で4分間加熱する。
2袋以上つくる場合、具材の量は倍量にし、水の量は下記を参考にしてください。
【2袋：220cc】
【3袋：270cc】
【4袋：320cc】
- (5) 4分後ふたをとり、全体を軽くまぜ、残った水分をほどよく飛ばした後、添付のカレーパウダーを全体にまんべんなく加えてよく炒め合わせる。
- (6) 【電子レンジ調理の場合】
耐熱容器にビーフン 具材を順に重ね、水(120cc)・油(大さじ1/2)を入れる。
ふたまたはふんわりラップをして電子レンジで加熱する。
加熱途中、一旦ビーフンをほぐしてください。
【500W：7分10秒 または 600W：6分】
電子レンジでの加熱時間は機種により異なりますので、お使いの機種によって調整してください。
全体を混ぜ合わせ、添付のカレーパウダーをかけてよく混ぜる。