

マンドリルカレー焼ビーフン【基本の作り方】



🕒 調理時間：15分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：553kcal 🧂 塩分：3.6g

【神戸のカレー専門店「マンドリルカレー」×「ケンミン焼ビーフン」共同企画商品】
スパイスカレーの進化系焼ビーフンがフライパンひとつでできちゃいます♪
神戸を代表するカレーブランド「マンドリルカレー」さま監修のもと、野菜を手軽にたっぷり美味しく食べられる焼ビーフンに、スパイスカレーの豊かな香辛料の風味がプラスされた、スパイスカレーの焼ビーフンが誕生しました。こだわりが詰まったカレー専門店の味で、野菜を手軽にたっぷりおいしくお楽しみいただけます。

使用商品

マンドリルカレー焼ビーフン

カレーを通して、豊かなライフスタイルを提供する「マンドリルカレー」とケンミン食品が共同開発したカレー焼ビーフンです。
牛肉の旨味をベースに、カルダモン・クミン・コリアンダー・オールスパイスなど20種類以上のスパイスを配合した、カレー専門店ならではの本格的な味を楽しんでいただけます。



材料 1人前

マンドリルカレー焼ビーフン：1袋
豚肉（薄切り）：60g
キャベツ：1枚（50g）
にんじん：1/8本（20g）
ピーマン：1/2個（25g）

白ねぎ：10cm分（25g）
米油：大さじ1/2（6g）
水：170cc

作り方

- (1) 豚肉・キャベツは一口大に、にんじんは短冊切り、ピーマンは細切り、白ねぎは斜め薄切りにする。
- (2) フライパンを熱して米油大さじ1/2を入れ、豚肉を1枚ずつ並べ、その上にビーフンをのせ、ビーフンの上に野菜をのせる。
- (3) 水170cc注ぎ、ふたをして中火で4分間加熱する。※加熱途中1分半でふたをとり、ビーフンを素早くほぐすこと。
- (4) 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とばした後、添付のソースを全体にまんべんなく加えてよく炒め合わせれば出来上がり。
- (5)