

## 野菜たっぷり！中華五目汁ビーフン【基本の作り方】



🕒 調理時間：20分    🍲 調理法：お鍋    🔥 カロリー：455kcal    🧂 塩分：4.8g

シンプルな中華風の味付けの汁ビーフンレシピです。  
ビーフンは具材が入ったお鍋の中で一緒に4分煮込むだけ！  
豚肉の旨味や野菜の香ばしさがスープへ溶け込んだ、満足感のあるスープビーフンです。  
【味の付いていないケンミン汁ビーフンプレーン】  
ビーフンに味が付いていないので、お好みの味に合わせた一杯をお楽しみいただけます。  
スープとの一体感が味わえるもちりしなやかな食感のスープメニュー専用のビーフンを使用しています。

### 使用商品 味の付いていないケンミン汁ビーフンプレーン

ケンミン汁ビーフンの味なしプレーンタイプ。いつもの汁ビーフンと同様にお鍋ひとつで簡単調理ができます。お好きな味付けでお楽しみいただけます。家族の食事はちゃんと手料理したいけど、時短や簡単に調理したいと



## 材料 1人前

味の付いていないケンミン汁ビーフンプレーン：1個	鶏がらスープの素(顆粒)：大さじ1(7.5g)
豚ばら肉：30g	濃口醤油：小さじ1(6g)
お好みの野菜：合計120g	塩こしょう：適量
白菜：60g	サラダ油：大さじ1/2(6g)
白ねぎ：30g	ごま油：大さじ1/2(6g)
にんじん：15g	水：500cc
ニラ：15g	

## 作り方

- (1) 豚ばら肉・ニラは3cm幅にカット、白菜は1cm幅にカットする。  
白ねぎは斜め薄切りに、にんじんは細切りにする。
- (2) めた鍋にサラダ油(大さじ1/2)を熱し、豚ばら肉を炒める。野菜を加え、さらに炒める。
- (3) 水(500cc)・鶏がらスープの素・濃口醤油を入れてひと煮たちさせる。  
沸騰したらビーフンを入れて4分加熱する【中火】。  
2個以上で同時調理する場合の水の量  
【2個：850cc】  
【3個：1,200cc】
- (4) 塩こしょうで味を調え、ごま油をまわしかける。