





冷凍焼ビーフンを簡単アレンジ オムビーフン



 調理時間：5分  調理法：フライパン  カロリー：524kcal  塩分：3.1g

元祖ケンミンの味の「冷凍焼ビーフン」を簡単アレンジ 具材がすでに商品に入っているの
で、薄焼き卵で包むだけ！お子さまにもオススメです！

【冷凍商品開発担当者考案レシピ】

冷凍焼ビーフンはレンジで温めてそのまま食べるのも美味しいですが、卵で包むだけで、いつ
もと違った一品に早変わりするレシピを考案しました。卵は2個使用して半熟の状態でのせるの
もオススメです！

使用商品

冷凍ケンミン焼ビーフン190g

元祖ケンミンの味！美味しさの秘訣は、オイスターソース！！
内袋のままレンジで温めるだけで召し上がりいただけます。



材料 1人前

冷凍ケンミン焼ビーフン190g：1袋
卵：2個
米油：大さじ1（12g）
ケチャップ：適量

作り方

- (1) 冷凍ケンミン焼ビーフンを電子レンジで加熱する。【500W：約5分30秒、600W：約5分】
- (2) 温めたフライパンに米油（大さじ1）を熱し、溶き卵を流し込んで、薄焼き卵をつくる。
- (3) 薄焼き卵の上に、温めたビーフンをのせて包み込む。上からお皿をかぶせてひっくり返す。
- (4) お好みでケチャップをかけて出来上がり。