





冷凍焼ビーフンを簡単アレンジ 野菜増し増しビーフン



 調理時間：10分  調理法：フライパン  カロリー：345kcal  塩分：2.6g

元祖ケンミンの味「冷凍焼ビーフン」に野菜をさらに”追い増し”するだけ！野菜をたくさん食べたいときや、1食分だけでは少し物足りないときにぜひ野菜を”増し増し”してください！カット野菜でもOK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、野菜を増やしていただくと、より野菜の風味や香ばしさが加わって美味しく召し上がっていただけます。

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
お好みの野菜：約120g
キャベツ：1/2枚（約50g）
にんじん：1/8本（約25g）
にら：20g

白ねぎ：10cm分（約25g）
塩こしょう：お好みで
米油：大さじ1/2（6g）

作り方

- (1) お好みの野菜（約120g）を細切りに切る。
カット野菜でもOKです。
- (2) 冷凍ケンミン焼ビーフンを電子レンジで温める。
【500W：約5分30秒 or 600W：約5分】
- (3) 温めたフライパンに米油（大さじ1/2）を熱し、切った野菜の香りがするまでサッと炒める。
- (4) 温めた焼ビーフンを加えて、さらに炒める。
- (5) お好みで塩こしょうを振る。