

簡単台湾風麺線レシピ・作り方



🕒 調理時間：15分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：413kcal 🧂 塩分：5.3g

お鍋ひとつで、本場の台湾麺線の味わいがビーフンで手軽に楽しめます。調味料は不要！冷蔵庫にある食材でささっと作れる時短レシピです♪

【商品開発担当者のレシピ】

台湾屋台の定番の味「台湾麺線」をご家庭で簡単に再現できる「ケンミン汁ビーフン」を使ったアレンジレシピです。パクチーやかつお節を使うだけでいつもの汁ビーフンが、台湾麺線に大変身♪お好みで烏酢（台湾の黒酢）やにんにくを入れるとさらに本格的な味に近づきます。「麺線」...そうめんのような細い小麦麺がかつおだしなどが効いたとろみのあるスープと一緒に煮込まれた料理。

使用商品

ケンミン汁ビーフン

お鍋ひとつで煮込むだけで旨みのある塩味の汁ビーフンが召し上がりがいただけます。
チキンベースに「野菜の旨み」を加え、アクセントに「ごま油」や「生姜」の風味を効かせました。



材料 1人前

ケンミン汁ビーフン：1袋
鶏もも肉：50g
白ねぎ：25g (10cm)
パクチー：1株
水：500cc

米油：大さじ1/2 (6g)
かつお節：適量

作り方

- (1)
パクチーは葉の部分を切り分け、根と茎の部分はみじん切りにする。
鶏もも肉はひと口大に、白ねぎは斜め薄切りにする。
- (2)
温めた鍋に米油（大さじ1/2）を熱し、パクチーの根と茎・白ねぎ・鶏肉を炒める【中火】。
- (3)
鶏肉に火が通ったら、水（500cc）を加えて沸騰させる。
- (4)
沸騰したら、ビーフンを入れて5分煮込む【中火】。
- (5)
火を止め、液体スープ・かつお節を加えてよくかき混ぜる。