

胡麻香る白菜たっぷりピリ辛汁ビーフン



🕒 調理時間：15分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：822kcal 🧂 塩分：9.5g

お鍋で余りがちな白菜とごまだれを使って、ビーフンメニューにアレンジ！
とろっとした白菜とたっぷりのごまが入ったピリ辛スープで一人鍋気分 身体も温まります。

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
白菜：1.5枚（150g）
豚ひき肉：50g
白ねぎ：10cm分(25g)
にんにく：1片（5g）
豆板醤：小さじ1（5g）
ごまだれ：大さじ4（68g）
水：500cc

米油：大さじ1/2（6g）
トッピング
すりごま：大さじ2（12g）
ごま油：大さじ1（12g）
ラー油：大さじ1（12g）

作り方

- (1) 白菜はざく切りに、白ねぎは粗みじん切りにする。
にんにくはみじん切りにする。
- (2) 鍋に米油（大さじ1/2）・にんにく・豆板醤を入れて加熱する。
香りが出てきたら豚ひき肉・白ねぎを軽く炒める。
- (3) 水（500cc）・ごまだれ・白菜・ビーフン・添付スープを入れてひと煮立ちしたら、ふたをせずに4分間煮込む【中火】。
- (4) 火を止め、すりごま・ごま油・ラー油をかける。