

きのこたっぷりかきたま汁ビーフン



🕒 調理時間：15分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：408kcal 🧂 塩分：5.5g

きのこの旨味たっぷりのスープとしなやかなビーフンは相性抜群◎
先にきのこを炒めてから、ビーフンと一緒に煮込むことで、ビーフンがきのこの風味をしっかり吸い上げて美味しく仕上がります。

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
お好みのきのこ：合計150g
（しめじ・しいたけ・えのきなど）
卵：1個
片栗粉：大さじ1（9g）
米油：大さじ1/2（6g）

水：500cc
■トッピング
青ねぎ：適量
おろし生姜：小さじ1（5g）

作り方

- (1)
きのこは食べやすい大きさに切っておく。
青ねぎは小口切りにする。
卵は溶いておく。
添付スープと片栗粉を混ぜておく。
- (2)
鍋に米油（大さじ1/2）を熱し、きのこ類を炒める。
- (3)
きのこの香りが出てきたら水（500cc）を加える。
沸騰したらビーフンを加え、ふたをせずに3分間煮込む【中火】。
- (4)
3分後火を止め、ビーフンだけ器に取り出す。
鍋に①の調味料を加えて混ぜ合わせる。
再び火をつけて、とろみをつける【弱火】。
- (5)
とろみがついたら火を止めて溶き卵を加える。
軽くかき混ぜたらビーフンの上にかける。
おろししょうが・青ねぎをトッピングする。