

生姜香る♪ トマトビーフン



🕒 調理時間：15分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：325kcal 🧂 塩分：4.8g

中国料理のプロ 脇屋友詞シェフのオリジナルレシピ！トマトを炒めることで旨味を格段にアップさせ、生姜の香りで食欲がそそられる一品です。最後に入れる溶き卵がふんわり仕上がり、ビーフンとよく絡みます♪

使用商品

汁ビーフンプレーン

ケンミン汁ビーフンの味なしプレーンタイプ。いつもの汁ビーフンと同様にお鍋ひとつで簡単調理ができます。お好きな味付けでお楽しみいただけます。家族の食事はちゃんと手料理したいけど、時短や簡単に調理したいという方におすすめの商品です。



材料 1人前

味の付いていないケンミン汁ビーフンプレーン：1個
トマト：1/2個（75g）
えのき：30g
生姜：1片（15g）
卵：1個
塩こしょう：適量
太白胡麻油：大さじ1（12g）

【A】酒：大さじ1（15g）
【A】コンソメ顆粒：大さじ1（9g）
【A】湯：500cc

■トッピング
あさつき：5g
粉チーズ：適量

作り方

- （1）
トマトはざく切り、えのきは石づきを切り落とし、半分にカットする。
生姜は千切り、あさつきは小口切りにする。
- （2）
温めた鍋または深めのフライパンに太白胡麻油（大さじ1）を熱し、生姜を炒める。
- （3）
生姜の香りが出てきたら、トマト・えのきを入れて水分を飛ばしなら炒める。
- （4）
【A】・ビーフンを入れてふたをして4～5分煮こむ。
- （5）
塩こしょうで味を調え、溶き卵を回し入れる。
- （6）
お好みであさつき・粉チーズをかける。