





あさりとわかめのごま風味ビーフン



 調理時間：15分  調理法：お鍋  カロリー：375kcal  塩分：6.1g

中国料理のプロ 脇屋友詞シェフのオリジナルレシピ！あさりから出た旨味たっぷりのスープビーフンです。生姜とごまの香りが食欲をそそります

使用商品 汁ビーフンブレン

ケンミン汁ビーフンの味なしブレンタイプ。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ブレン：1個
あさり：200g
乾燥わかめ：5g
生姜：1片（15g）
酒：大さじ2（30g）
和風だしの素：小さじ1/2強（2g）
塩こしょう：適量
濃口醤油：適量

湯：500cc
太白胡麻油：大さじ1（12g）

仕上げ
ごま油：大さじ1（12g）
すりごま：大さじ1（15g）

作り方

- (1) 生姜は1cm角の薄切りにする。
- (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、あさり・生姜を炒める。油が全体に回ったら、酒を入れる。
- (3) 湯（500cc）・汁ビーフンを入れて2～3分煮込む。
- (4) 乾燥わかめ・和風だしの素を入れ、さらに2分煮込む。
- (5) 塩こしょう・濃口醤油で味を調える。仕上げにごま油をまわしかける。