





## 新玉ねぎ丸ごと プロのクラムチャウダービーフン



 調理時間：20分  調理法：お鍋  カロリー：533kcal  塩分：4.9g

甘くてみずみずしい新たまねぎを使った汁ビーフン ケンミン食品直営店「健民ダイニング」の人気メニュー「汁ビーフン」のスープをベースにしたクラムチャウダー仕立てのレシピです。旬のあさりもごろごろ入っています

### 使用商品

### お米100% ビーフン [150g]

豊かな水と土で丹精込めてつくられた良質な硬質米を吟味し、お米だけでつくったお米100%ビーフンです。お米100%だからできるお米の芳醇な香りとコシのある食感が特徴のお米の魅力が詰まったビーフンです。



## 材料 2人前

お米100%ビーフン：75g (1/2袋)  
新たまねぎ：1個  
厚切りベーコン：80g  
冷凍むきあさり：120g  
水：400cc  
【A】にんにく：5g  
【A】生姜：5g  
【A】バター：10g  
【A】オリーブオイル：大さじ7強 (30g)  
【B】生クリーム：30g  
【B】鶏がらスープの素 (顆粒)：小さじ1.5 (約4g)  
【B】コンソメ顆粒：小さじ1 (3g)  
【B】砂糖：小さじ1 (3g)  
【B】塩：ふたつまみ (2g)  
水溶性片栗粉：8g (片栗粉：3g、水：5g)  
トッピング  
パセリ：適量  
黒こしょう：適量

## 作り方

- (1)  
たまねぎはスライス、ベーコンは角切りにする。  
にんにく・生姜はみじん切りにする。
- (2)  
鍋または大きめのボウルに、冷凍むきあさり・水 (400cc) を入れて解凍する。  
水はあとで使用します。
- (3)  
大きめのフライパンに【A】を入れ、香りが出たら新たまねぎ・ベーコンを入れて炒める。
- (4)  
たまねぎがしんなりしたら、解凍したあさを水ごと加える。  
【B】・ビーフンを入れて、ときどき混ぜながら4分煮込む。
- (5)  
4分後、ビーフンを先に器に盛りつける。  
残ったスープに水溶性片栗粉を入れ、とろみをつける。
- (6)  
上からスープをかけ、パセリ・黒こしょうをかける。