

## レシピのご提案



調理時間 約 15 分

## 中華 五目汁ビーフン

シンプルな中華風の味付けの汁ビーフンレシピです。  
ビーフンを具材が入ったお鍋の中で一緒に4分煮込むだけ！豚肉の旨味や野菜の香ばしさがスープへ溶け込んだ、満足感のあるスープビーフンです。

### 使用商品

味の付いていない  
ケンミン汁ビーフン  
プレーン

スープとの一体感が楽しめるもっちり  
しなやかなビーフン。  
味付けなしのビーフンなので、あなた  
好みの一杯に仕上がります。



### 材料 (1人分)

- |                            |             |       |             |
|----------------------------|-------------|-------|-------------|
| ・味の付いていないケンミン<br>汁ビーフンプレーン | 1個          | ・豚ばら肉 | 1枚 (約30g)   |
| ・水                         | 500cc       | ・白菜   | 1/2枚 (約60g) |
| ・米油                        | 大さじ1/2 (6g) | ・白ねぎ  | 1/3本 (約30g) |
| ・鶏がらスープの素                  | 大さじ1 (7.5g) | ・にんじん | 1/8本 (約15g) |
| ・濃口醤油                      | 小さじ1 (6g)   | ・ニラ   | 1本 (約15g)   |
| ・塩こしょう                     | 少々          |       |             |
| ・ごま油                       | 大さじ1/2 (6g) |       |             |

### 作り方

- ① 豚ばら肉・ニラは3cm幅に切り、白菜・にんじんは細切り、白ねぎは薄切りにする。
- ② フライパンに米油を温め、豚ばら肉→野菜の順で香ばしくなるまでしっかり炒める。
- ③ 水 (500cc) ・鶏がらスープの素・濃口醤油を入れてひと煮たちさせる。沸騰したらビーフンを入れてふたをせずに4分間煮込む【中火】。
- ④ 塩こしょうで味をととのえ、ごま油を回しかけたら完成。

### ポイント

野菜に焼目がつくまでしっかりと炒めることで、スープに野菜の旨味と香ばしさが移り、美味しいスープに仕上がります！

