

ビビンバ風丼

使用商品 冷凍ストック名人 プルコギの素



調理時間
(目安) 15分

料理特徴

フライパンで加熱するだけの簡単に作れるビビンバ風丼です。浮いた時間で手作りナムルも作ってみませんか。

材料 3人分

材料名	使用量	材料名	使用量
こま切れ肉(牛または豚)	300g	<ナムル>	
プルコギの素	1袋	ほうれん草	150g
ご飯	3杯分	もやし	100g
ナムル	240g	人参	50g
キムチ	120g	ごま油	大さじ2
		塩	小さじ1/2

作り方

- 『プルコギの素』の袋に肉を入れ、調味液とよく混ぜ合わせて冷凍しておく。
- ①フライパンに冷凍した肉を入れて加熱し、ほぐす。
- ②肉に火が通ったら、丼にご飯・ナムル・キムチと一緒に盛り付け、出来上がり。

<ナムル・作り方>

- ①ほうれん草は茹でて水にさらし、水を絞って5cm幅に切る。もやしは軽く茹でる。人参は細切りにし、茹でる。
- ②①を合わせ、ごま油・塩を和える。