

## 咖喱肉片炒西蘭花

譚鄭瑛玲著

玫頭豬肉	100g
西蘭花	120g, 切朵, 拖水
紅,黃甜西椒	各半個, 切塊
乾蔥頭	1粒, 切碎

調味:- 咖喱粉	2 茶匙
黃羌粉	1 茶匙
魚露	1 茶匙
糖	1/2 茶匙
椰粉	1 湯匙

1. 將調味料加入玫頭豬肉中, 拌勻, 醃約 10 分鐘.
2. 熱鍋落油 1 湯匙, 炒香乾蔥頭, 加入豬肉炒至肉轉色即熟.
3. 再加入西蘭花, 灑酒, 落 1/4 茶匙鹽, 炒勻, 又加入紅黃甜西椒, 兜炒勻, 即可上碟供食.