

大廚師:Julie 陳太太
日期:Sept.22,2007

台灣小吃—滷肉飯

材料:

1. 五花肉 2LB
2. 紅蔥頭 6 個
3. 紅糖
4. 醬油 2 杯
5. 高湯 2 杯
6. 米酒 3 Tablespoon(高粱酒更佳 1Tablespoon)

做法:

1. 五花肉去皮,切成 3 條,皮留著
2. 煮一鍋水,水滾後將五花肉條及皮下鍋,煮至約 7 分熟,取出,將皮切成小塊,五花肉切成小丁
3. 紅蔥頭切碎,下鍋以少許油用中火炒香至金黃色
4. 將切好的五花肉丁放入,稍加翻炒後加入醬油,酒,糖及高湯煮滾後將皮放入,以小
火滷 1.5 小時,(也可移至砂鍋滷)
5. 如要滷蛋或豆干也可一併加入