

8.11 大廚師 - 紅燒牛腩

材料:

蒜頭, 老薑, 洋蔥, 蔥

紅蘿蔔, 白蘿蔔

豆瓣醬, 醬油, 黑麻油, 米酒, 滷包, 冰糖

做法:

1. 牛腩, 洋蔥, 蒜頭, 老薑, 白蘿蔔, 紅蘿蔔, 蔥切塊切段處理備用
2. 倒入麻油熱鍋, 爆香蒜頭跟薑片
3. 下牛腩後, 倒入米酒跟少許冰糖
4. 牛腩炒得四面都沒有血色包住肉汁
5. 放入豆瓣醬調味
6. 放入洋蔥塊根蔥段一起炒
7. 加水蓋過食材
8. 加醬油後丟滷包進去

9. 蓋上鍋蓋大約小火四十分鐘後放入紅白蘿蔔

10. 小火三十分鐘後悶兩小時即可