

## 10.31 大廚師 - 辣味番茄時菜燉牛腩

### 材料:

牛腩半斤，番茄 4 個，土豆 2 個，胡蘿蔔一根，水芹菜一把，洋蔥半個  
薑 5 片，蒜頭 3 瓣，青椒一根，乾辣椒少許，八角一粒，小蔥 1 根  
番茄醬 50ml，生抽、老抽少許，鹽，料酒，胡椒少許

### 做法:

1. 泰椒切圈，蒜拍散，薑切片，洋蔥切絲，剩下食材切塊，土豆過水去澱粉
2. 牛肉涼水入鍋，加蔥、薑、料酒，開火焯出血水，然後倒掉血水
3. 熱鍋涼油，2 勺即可，爆香洋蔥、蒜、水芹菜、乾辣椒、八角
4. 接著放焯好的肉，加老抽上色
5. 加 50ml 番茄醬，再加 3 個番茄，剩下一個留到最後放
6. 加水沒過所有食材，大火煮沸
7. 加鹽、生抽、胡椒、轉小火燉 40 分鐘
8. 如果喜歡湯稠一點的，上一步驟就可以加土豆了，如果不喜歡濃湯口感，可以出鍋前 15 分鐘加
9. 最後出鍋前 10 分鐘加最後一個番茄以及青辣，大火收汁即可