

大廚師:美惠

日期:July.19 2008

夏季藥補系列－菊花牛肉丸

材料:

1. 牛絞肉
2. 蔥花
3. 綠色蔬菜

藥材：

乾菊花約手掌大小一把，當歸半片，淮山約 10 片

調味料:

鹽，香油，太白粉

做法:

1. 牛絞肉,蔥花,鹽,香油,太白粉一起拌勻搓成比貢丸大但比獅子頭小的丸子，以小
火煎熟（油要比平常多一些）
2. 將所有藥材加 1.5 碗的水熬成 1 碗的湯汁備用(約 30 分)
3. 青菜燙熟置盤底備用
4. 將煎好的肉丸放入做法 2 的湯汁燜煮到汁略為收乾(可依個人喜好決定要不要勾
薄芡)後，倒入做法 3 的盤中即可