

大廚師:Jenny

日期:Nov.26 2011

### 嫩牛肉(辣)

#### 材料:

牛肉 1.5 磅 (最好用牛坑腩, 牛腩)

青蔥

香菜

#### 調味料:

油 1 大匙 (普通湯匙就行)

越南蒜蓉辣椒醬 2 大匙 (普通湯匙就行)

糖 1 大匙

醬油 2 大匙

鹽

#### 做法:

1. 牛肉切丁汆燙 (打開水龍頭用熱水沖即可)- 瀝乾 - 備用
2. 爆熱油放入越南蒜蓉辣椒醬 (醬會噴跳最好用高桶鍋 有蓋子的) ,鍋蓋蓋好鍋子用遙的,把辣椒醬炒到變色(紅色變焦黃色)
3. 加糖和醬油,放入牛肉大火炒熟
4. 加水(3 碗) ,大火煮開試味道(看要不要加鹽?) 撈起泡沫小火煮約 45 分到 1 小時 肉就會很嫩很香即可裝盤灑蔥花香菜上桌

\*湯汁可拌飯, 肉可配飯, 肉還可以包在饅頭內, 像割包一樣吃法, 還可用來拌麵