

大廚師:Mason
日期:Aug.26 2006

羅宋湯

材料:

1. 牛腩 1lb
2. 洋蔥 1 個
3. 蕃茄 2 個 切丁
4. 紅蘿蔔 1 根 切滾刀塊
5. 馬鈴薯 2 個 切滾刀塊,泡冷水
6. 大白菜半個 切塊
7. 香菜 2 支 切末

調味料:蕃茄醬 2 大匙,紅酒 1 大匙,鹽 1 茶匙,醬油 1 大匙,糖 1/2 茶匙,麵粉 4 大匙

做法:

1. 先將牛腩切小方塊川燙去血去腥洗淨後,另加清水煮開後改小火燒軟
2. 加入馬鈴薯,紅蘿蔔,蕃茄及酒,鹽,再放入蕃茄再煮 10~15 分鐘
3. 放入紅蘿蔔煮 10 分鐘,再放入洋蔥,馬鈴薯及酒,鹽,醬油,糖煮軟熟,再加入大白菜煮軟
4. 另用 2 大匙油,小火將麵粉炒至微黃時倒入牛肉湯慢慢炒成糊狀,再倒回牛肉中煮至濃稠時熄火,加入香菜末盛出即可.