

7.21 大廚師 - 牛肉麵

牛肉麵的重點之一就是選牛肉

一般分兩種, 牛肋條, 金錢鍵

牛肋條就是 Rib, 肋骨地方的肉, 當然油脂比較豐富

金錢鍵 就是比牛鍵更高一等級的肉, 其中一層牛筋一層牛肉的口感更是美味健康

材料：

- 牛肉
- 洋蔥, 蒜頭, 薑片
- 醬油, 蠔油, 柱侯醬, 糖, 冰糖, 蕃茄醬
- 八角, 花椒, 月桂葉, 陳皮, 桂皮

做法：

- 首先先將牛肉川燙過水
- 起一鍋爆香炒醬, 先將蒜頭, 薑片爆香, 在下 醬油, 蠔油, 柱侯醬, 糖, 冰糖, 蕃茄醬 小翻兩下就好
- 魯包也可以自己做: 八角, 花椒, 月桂葉, 陳皮, 桂皮
- 另起一鍋湯, 放入洋蔥(切半就好), 水滾之後下牛肉, 差不多煮 45-60 分鐘及可, 水滾 10 分鐘後放入醬料, 如喜歡白蘿蔔可一起下,

而且白蘿蔔有軟化肉的效果, 可以少煮 5-10 分鐘

小提醒: 如果喜歡吃蕃茄的朋友請分開煮番茄, 要不然湯比較容易變質