

07.25 大廚師 - Z 式紅燒肉

Z 式紅燒肉購物清單：

五花肉

白砂糖 / 細冰糖

生抽

大料八角、桂皮、香葉、乾紅辣椒

做法：

1. 把五花肉切成方形，兩公分左右大小

2. 清水燒開，把切好的五花肉放進熱水裡灼水，肉變色之後，撈出備用

3. 炒糖色，炒鍋中放油（半湯勺）油溫 5 成熟，加入 4-5 勺白砂糖或冰糖，不停攪動，糖全部化開變黃，微微發泡。轉最小火，等到均勻的大泡時，加入一湯勺水約 120 毫升，攪勻，盛出備用

4. 炒鍋放油，少許，油溫燒到 7 成熟，放入灼好的五花肉，大火翻炒，炒至五花肉金黃，加入步驟 3 的糖漿翻炒，直至糖漿沾滿所有五花肉

5. 加入與糖漿等量的醬油，加入與醬油等量的水，淹沒肉

6. 加入大料，桂皮，乾辣椒少許

7. 大火燒開湯汁，完善味道，中火蓋蓋子，30 分鐘

8. 打開蓋子，撈出多餘油脂，蓋住再燉 10 分鐘

9. 打開蓋子加入 2-3 把冰糖鋪滿，大火 5 分鐘收汁即可