

蘿蔔燜牛腩

材料：牛腩 1 磅，白蘿蔔 1 磅，胡蘿蔔半磅

配料：鹽，片糖，醬油，姜，蒜，花椒，八角，桂皮，草果，干辣椒，五香粉，胡椒粉

醬料：蚝油，柱候醬



做法：牛腩切寸半大小，飛水；蘿蔔切塊。

1. 爆香姜，蒜，花椒，八角，桂皮，干辣椒，落牛腩炒香。
2. 加入鹽，片糖，蚝油，柱候醬，胡椒粉，草果，五香粉，翻炒後加入 4 杯水煮滾。
3. 等到煲裡的牛腩燒開後，全部倒入真空煲或電飯煲裏面燜 2 個小時，或以小火燜 1 個小時。
4. 加入紅、白蘿蔔塊，繼續燜 30 分鐘。
5. 上菜前略煮滾收汁，加適量鹽調味。

