湄　枸瀟兼姤缃　- 湄　淑鏃ユ滢鏂伴椈鏃朵簨 - 鏕儿椯鍗庢汉绀惧尰浜ゆ禩

15分钟自己动手作牛排

美食

浣滆

鍙戝皧浜庡細2007/05/05 17:06

德式牛排Hamburger Steak

准备时间：25分钟
制作时间：15分钟
制作份量：4~6人份

材料：
1.Ground beef 牛绞肉 300公克
2.Onion 洋葱 一粒
3.Pickled Gherkin 酸黄瓜 50公克
3.Gravy 肉汁 0.5LT
4.SALT AND PEPPER 盐与白胡椒
5.OIL 油 少许

作法：
1.将洋葱与酸黄瓜切成丝状备用。
2.将牛绞肉置入一盆中加入盐与白胡椒少许调味。
3.将略调味过的绞肉制作成一粒粒的圆形状再压成薄约1公分之片状。
4.用平底锅加入少许油，加热至温度可时将压成好肉薄片放入，略煎至双表面金黄色至熟即可。
5.准备另一锅并放入少许油於锅中加热倒入洋葱、炒香后放入酸黄瓜丝约1-3分钟．倒入牛骨浓汤以小火慢慢熬煮至沸。
6.待煮沸时并加盐与白胡椒调味即可完成。
7.将煎熟的肉排淋上上述酱汁即可食用。