

涓 杓漢兼垢邕 - 涓 涑鏃 工 逢 鑑 伴 掬 鏃 朵 簏 - 鏃 儿 棉 錦 冬 汉 绀 惧 脍 浜 ゆ 侯 百吃不厌的蒜泥白肉

美食

浣漏

鎏賤戩浜庸細2007/05/14 13:23

准备时间：5~10分钟

制作时间：15~20分钟

制作份量：4~6人份

材料：

- 1.猪肉pork 1公斤
- 2.麻油 Sesame Oil 1/2匙
- 3.盐 Salt 1/4匙
- 4.辣油 Chilli oil 1匙
- 5.香油 Balm oil 2匙
- 6.高汤 stock 100cc
- 7.蒜Garlic 5粒
- 8.芝麻 Sesame 1匙
- 9.葱Stone-Leek 1根
- 10.姜Ginger 少许
- 11.辣椒Cayenne 2根(切成片状)

作法：

- 1.先将猪五花肉洗净。
- 2.将姜、葱洗净后切成片状放入锅中，少许盐，并将水煮沸。
- 3.待水滚后放入事先洗净之五花肉，以温火烫煮至熟，约15~20分钟。
- 4.将材料2~11放入果汁机内，以高速打匀制成调味酱汁。
- 5.待五花肉略冷后，用刀切成片状排至盘中。
- 6.淋上(4)调味酱即可食用。