

匡智翠林晨崗學校

鮮草莓汁牛立方

材料

牛肉粒 200 克

草莓 1 盒

黃椒，半個，切角

蒜蓉 1 湯匙

酒 1 茶匙

牛肉醃料

鹽 1/4 茶匙

黑椒少許

水 1 湯匙

茨汁

水 3 湯匙

糖 2 湯匙

鹽 1/4 茶匙

生粉 1/2 茶匙

草莓蓉 4 湯匙

檸檬汁 1 茶匙

做法

1. 牛肉粒加入醃料拌勻醃半小時
2. 草莓洗淨，去蒂，切件備用。
3. 熱鑊下油 2 湯匙，加入牛肉粒煎香兩面，下蓉炒香，贊酒，下茨汁後煮 1 分鐘，最後下草莓及黃椒角拌勻即成。