

红烧牛肉面

AP 中文 Lukas Petersen 指导老师 田园老师

俗话说：“民以食为天”，今天我为大家介绍一种面叫红烧牛肉面，它是一种流行的中国美食，用牛肉，西红柿和辣酱等配料做成，我从小就特别爱吃。没有确切的记载红烧牛肉面起源在哪里，有一种说法是清朝末年一个叫马保子的回民厨师所创制；还有一种观点认为是从四川到了台湾的老兵因为思念家乡而发明的。

我吃的红烧牛肉面有的是妈妈做的，有的是在邻居家开的北国饭店买的，还有的是回中国看姥姥时，在面馆买的。其中我妈妈做的特别得好吃，她是在网上看到的台湾红烧牛肉面菜谱，加上自己的经验改制，超级美味。很多人想跟她学，她就写了详细的菜谱，我记住了最基本的步骤和要求，我自己也可以动手做啦！

先将两磅多整块牛肋条或牛腱肉入锅，加水，加葱两支，姜六片，米酒一汤匙，煮20分钟。然后将肉捞出，切自己喜欢的大小块或是片状。接着，在炒锅中放四匙油，加入花椒炒熟，再加入大蒜、一个切片的洋葱，还要加入豆瓣酱、酱油、糖、酒，用中小火一边炒一边拌一分钟左右，可以加一个西红柿。最后，将牛肉及原来煮牛肉的汤一起入锅，并加入八角，月桂叶和少许一点点的胡椒粉，大火煮开后用小火继续煮上一小时左右，红烧牛肉汤底就完成了！加上自己喜欢的面，一碗香喷喷，热腾腾的红烧牛肉面大功告成了！真让人垂涎三尺！