

讓 30 道牛肉佳餚上餐桌



畜試所恆春分所提供食譜

贈送 鄉間小路 讀者

位於南台灣墾丁大尖山下的台灣省畜產試驗所恆春分所，擁有優美的牧場景觀，是國內重要肉牛研究機構，除了相關的飼養技術之外，並積極推廣優良國產牛肉，期待國人能欣賞品味台灣

牛肉的鮮美。吃牛肉 DIY，勤快的家庭主婦只要食譜在手，就能讓美食上桌。今年適逢牛年，為推銷國產牛肉，行政院農業委員會、農林廳、台灣省畜產試驗所、台南肉牛運銷合作社、雲林

肉牛生產合作社及退輔會清境農場等單位，舉辦一系列活動，其中一項即由畜試所恆春分所特別委託墾丁凱撒大飯店的大廚師，研製 30 道中西式牛肉佳餚，編印成冊，精美的桌曆型牛肉食譜，賞心悅目兼方便實用，《鄉間小路》讀者只要附 10 元回郵信封 (20 × 25 公分，寫好自己的姓名、地址)，寄到：台北市溫州街 14 號豐年社編輯部黃小姐收，信封上註明「索取牛肉食譜」，即寄贈一冊，送完為止。



乾炒牛河

材料：1. 牛肉片……………100 公克
2. 洋蔥、韭菜、銀芽……………少許
3. 河粉……………300 公克

調味料：沙拉油、味素、醬油適量

做法：1. 牛肉片以醬油、太白粉拌醃片刻(15~20 分鐘)，過油爆，炒熟。
2. 用沙拉油爆洋蔥、河粉，加調味料，略炒即可。

啤酒燻牛肉 Beef stew with beer

材料(4客)：1. 牛肉……………4 塊，120 克 / 塊
2. 洋蔥……………2 個
3. 啤酒……………35c.c
4. 高湯……………1 杯半(約 360c.c)
5. 百里香……………1 束
6. 鹽、胡椒、沙拉油、黃油(牛油)……………適量
7. 配菜……………黃油煮馬鈴薯、炒蘆筍

製法：1. 洋蔥縱剖成兩半，橫切 0.5 公分寬。
2. 牛肉去筋拍鬆，以鹽、胡椒粉醃漬。
3. 厚鍋中加 1 湯匙沙拉油，加熱。放入牛肉，煎至兩面轉色取出。
4. 住鍋中加 2 湯匙黃油，放入洋蔥，炒軟。再加入牛肉，倒入啤酒及肉湯，酌加鹽、胡椒粉及香草束，文火燻 1 小時。
5. 盛起牛肉，淋上湯汁及洋蔥，配以配菜。



新鮮的台灣牛肉在那裡？

供應中心	產品名稱	地址	連絡電話
清境農場	新鮮牛肉、牛肉全餐、牛肉乾	南投縣霧社 54601 幼獅山莊	TEL:(049)802222 FAX:(049)801500
彰化縣養牛生產合作社	新鮮牛肉	1. 彰化縣秀水鄉鶴鳴村彰鹿路 138 號 2. 台中市建國路 226 號	TEL:(04)7682060 FAX:(04)7691372 TEL:(04)2277308
雲林縣養牛生產合作社	新鮮牛肉、牛肉乾、牛肉貢丸、牛肉罐頭、牛肉香腸	雲林縣虎尾鎮下南 99 號	TEL:(05)6621949 FAX:(05)6621947
台南縣肉牛合作社	新鮮牛肉、牛肉乾	1. 新營店：台南縣新營市新進路 252 號 2. 長順店：北市長順街 12 號 3. 環河南店：北市環河南路 2 段 288 號	TEL:(06)6333185 TEL:(02)3363322
台灣省畜產試驗所、省畜試所恆春分所、消費合作社	新鮮牛肉、牛肉乾、牛肉貢丸、牛肉香腸、牛肉漢堡、牛肉鬆、牛肉脯、牛肉棒、牛肉角	屏東縣恆春鎮墾丁里牧場路 1 號	TEL:(02)3024778 TEL:(08)8861358 FAX:(08)8861345