

黑胡椒羊肉

材料：

羊肉片 150 公克
紅龍果花片 2 朵份
紅蘿蔔絲 20 公克
蒜頭 3 瓣
洋蔥 半個

調味料：

黑胡椒豬排醬 4 湯匙
油 2 湯匙



做法：

1. 洋蔥切絲、蒜頭拍碎、紅龍果花片切小塊。
2. 起油鍋，將羊肉片炒半熟，盛起備用。
3. 起油鍋，炒洋蔥，炒至洋蔥熟軟，加蒜頭、紅蘿蔔絲及花片同炒片刻，倒入羊肉片及黑胡椒豬排醬，大火快炒至香味四溢時即成，熄火，可以熱鐵板盛或以磁盤盛皆可。