

麻辣四季豆



材 料：

四季豆	400公克
蔥	1根
薑	3片
蒜頭	3瓣
絞肉	40公克
炸油	$\frac{1}{3}$ 鍋

調味料：

豆瓣醬	1茶匙
辣麻油	1湯匙
味精	少許
糖	$\frac{2}{3}$ 茶匙
(a) { 醬油	1茶匙
味增	$\frac{1}{2}$ 茶匙

做 法：

1. 四季豆去粗絲，洗淨，折7公分長段，瀝乾水份、炸熟、撈起、瀝乾備用。
2. 蔥、薑、蒜皆切末。
3. 調味料(a)加2湯匙水調勻。
4. 另起一油鍋，熱鍋內放半湯匙油，投入蔥末、薑末、蒜末及絞肉炒至香味四溢，加豆瓣醬同炒數下，倒入四季豆及調味料(a)，大火拌炒均勻，熄火，淋下辣麻油即成。