

物的创造，味的传承

吴嘉雯 10185301102 2020/04/14

这个学期在美国加州伯克利大学交流，当一个人身处异乡的时候往往会格外想念自己的家乡，因此向家人求助，在母亲的云指导下，学会了这道中国美食、家乡美食——红烧牛肉，并由此，打开了我学做中国菜的道路。每当做出一道家乡菜的时候，会感到自豪，这是中国传承了上千年留下的“味”，尝到中国菜的时候，会感到我和祖国的心是连在一起的，中国人中国胃品中国菜，温热的口感会给异国他乡的游子带来家一般的温暖。因为在国外，并不是很方便买牛腿肉，而是选择了超市中更常见的厚切牛排，把他们切成小块



将牛肉放置与平底锅内（炒锅更好），与油、盐、料酒一起翻炒至牛肉变色（如右图）



由于国外没有炒锅，只有平底锅和炖锅，因此在煸炒牛肉之后将牛肉放入炖锅中，加水没过牛肉（如右图），并放入料酒、盐、酱油等调味品



盖盖子中小火闷煮 30 分钟左右，将牛肉炖软，再开盖大火收汁，其中试尝味道，加入盐、糖等调味料，收汁完毕（如右图）



最后将肉盛放在容器中，红烧牛肉便做好了

