

大廚師:詹姆士

日期:Feb. 2010

## 型男大主廚-百菇牛排

材料：

1. 任何菇類（除了金針菇）
2. 洋蔥
3. 蒜末
4. 牛排
5. 動物奶油
6. 鮮奶油

調味料：

醬油，味醂

作法：

1. 菇類擦乾淨，不需用水洗，如不放心，用水沖一下即可切片備用
2. 用奶油（量要多）炒香洋蔥，再放蒜末，再加入菇類，炒到菇的邊緣有點焦，加入醬油及味醂，炒熟即可單吃，或作為牛排醬，盛出備用
3. 牛排撒點鹽，黑胡椒
4. 取一乾鍋（不銹鋼鍋加點油，不沾鍋不必放油），用大火燒熱鍋子後放入牛排，在最短時間將牛排兩面封血水，若用吃生一些的就離火，要吃熟一點的則小火繼續煎，也不要一直翻面，等到要翻面時淋紅酒，最後再加入奶油，蒜末，將牛排取出
5. 用原鍋放入菇類，收水，再放鮮奶油用中小火煮出菇味，即可盛出放在牛排上享用！