

# Chinese Beef Steak with BBQ Sauce 西汁牛扒

(Serves 4/ 4 人份)

Recipe by Chef Li Gongba 李功巴

**Main ingredient:** 250g beef sirloin strips

**Side ingredient:** 50g onion slices

## Marinate Ingredients

Salt 1 teaspoon  
Soda Bicarbonate 1g  
Sugar ½ teaspoon  
MSG ½ teaspoon  
Soya sauce ½ tablespoon  
Egg One  
Potato flour ½ tablespoon

## Sauce Ingredients:

Tomato sauce 2 tablespoons  
Steak sauce 1 spoon  
BBQ sauce 1 spoon  
Sugar 1 spoon  
Potato flour ½ tablespoon

## Method:

1. Heat wok and cook the beef sirloin strips
2. Wash wok, add 200ml of water and seasoning. After it boils, add the cooked beef and stir evenly.

**用料:** 牛柳条 250 克 **配料:** 洋葱丝 50 克

## 腌料:

盐 1 茶匙  
食粉 (苏打粉) 1 克  
糖 半茶匙  
味精 半茶匙  
美极生抽 半汤匙  
鸡蛋 1 粒  
生粉 半汤匙

## 西汁料:

茄汁 2 汤匙  
牛排酱 1 汤匙  
BBQ 酱 1 汤匙  
糖 1 汤匙  
风车粉 半汤匙

## 做法:

1. 将锅烧热后将牛柳条煎熟捞起。
2. 洗锅, 加入 7 分饭碗水 (约 200 毫升), 加入调味料煮滚后才放排煎熟的牛柳条, 翻抛均匀即可。

