

# 义乌烤牛肉 义乌十全小吃培训推荐 义乌烤牛肉代理电话

产品名称	义乌烤牛肉 义乌十全小吃培训推荐 义乌烤牛肉代理电话
公司名称	义乌市凌翔餐饮管理有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	浙江省义乌市福田街道银海二区20栋5单元1楼（ 自主申报）（注册地址）
联系电话	15088248225

## 产品详情

【义乌烤牛肉】【义乌烤牛肉加盟】【烤牛肉店加盟】愿更多的商家前来代理加盟。包教包会，学会为止，包吃包住。

凌翔餐饮培训中心为您分享：

牛肉富含肌氨酸牛肉中的肌氨酸含量比任何其它食品都高，它对增长肌肉、增强力量特别有效。在进行训练的头几秒钟里，肌氨酸是肌肉燃料之源，有效补充三磷酸腺苷，使训练能坚持得更久。义乌烤牛肉.牛肉含维生素B6蛋白质需求量越大，饮食中增加的维生素B6就越多。并且牛肉含有足够的维生素B6，可帮你增强免疫，促进蛋白质的新陈代谢和合成，从而有助于紧张训练后身体的恢复。

十全餐饮培训学校是一家集小吃研发，实体店经营与加盟为一体的专业小吃培训机构。

【义乌烤牛肉】【义乌烤牛肉加盟】【烤牛肉店加盟】愿更多的商家前来代理加盟。

韩式烤牛肉：材料牛肉455克，切成细片，蒜头6个，切碎，梨半个-去皮，去核，切碎，香葱2根，切细片，酱油60毫升，白糖25克，芝麻油15毫升，米酒15毫升，芝麻9克，新鲜姜末2克，现磨黑胡椒适量

做法1.用一个大的活动密封的塑料保鲜袋，将牛肉，蒜，梨，香葱，酱油，糖，芝麻油，米酒，芝麻，姜末和黑胡椒混合在一起。封起来后放入冰箱2-3小时。

2.用高火将炒锅加热，刷上油，然后放入牛肉，炒大约3-6分钟直到牛肉熟透为止即可。

**【义乌烤牛肉】【义乌烤牛肉加盟】【烤牛肉店加盟】愿更多的商家前来代理加盟。**

包教包会，学会为止，包吃包住。

材料：菲力牛肉 600g,红萝卜 一条,洋葱 一颗,大蒜 两片,白酒 200cc,小牛肉高汤 300cc,奶油 少许,百里香 一支or一茶匙,月桂叶 一片,盐 适量,黑胡椒 适量

做法：

- 1、将红萝卜/洋葱/芹菜 切成1cm立方
- 2、将牛肉脂肪清理干净,用棉线捆绑间隔约一公分
- 3、牛肉表面抹上盐/黑胡椒后,将锅子烧热煎表面至焦黄,在移至网架上沥油
- 4、煎完牛肉的锅子放入切好的蔬菜与大蒜/月桂叶/百里香炒香后,放至烤盘上
- 5、将牛肉放在铺满蔬菜的烤盘上后,表面刷上奶油避免牛肉烤太干
- 6、烤箱用200度先预热10分钟,接着放入烤牛肉20分钟
- 7、取出后,将牛肉放至温暖的地方休息20分钟
- 8、酱汁制作~将刚刚烤盘上的蔬菜,倒入白酒烧干后,在倒入高汤稀释盘内的烤汁
- 9、将烤汁在倒入汤锅里大火熬煮20分钟
- 10、最后用网子过滤,酱汁即完成
- 11、将烤好的牛肉切片,淋上酱汁,再搭上些许蔬菜,装盘完成!