

		料 理 名	普通語	ミイ チー ニュウ サイ グァ 蜜汁牛仔骨（骨付きカルビの蜜汁炒め）
材 料	ニュウ サイ グァ 牛仔骨（骨付きカルビ） 600 g			ミイ チー ※ 蜜 汁（香辛料入り特殊ソース）
	ヤン ツォン			
	洋 葱（玉葱） 200 g			
	ウー ロン			
	舞 茸（マイタケ） 2パック			
調 味 料 ・ 衣 の 配 合	A、骨付きカルビ 600 g		B、白滷水	C、蜜汁
	シー フェン 食 粉（重曹） 3 g ウェイ チン 味 精（旨味調味料） 適量 メイ チイ チェアン ヨ 美極醤油 大匙1 （マギーシーズニング） フア チェアオ 胡 椒 少量 チイ フェン 鶏 粉（チキンパウダー） 少量 スウ ミイ フェン 粟米粉（コーンスターチ） 9 g ラオ チュウ 老 酒（中国酒） 大匙1 ファン チェ チェアン 蕃茄醬（ケチャップ） 大匙1/2 チイ タン 鶏 蛋（卵） 1個 シュエイ 水 適量 ヨ 油 大匙3 マア ヨ 麻 油（ゴマ油） 大匙1		シュエイ 水 1.2ℓ ルオ ハン グァ 羅漢果（ラカンカ） 1/2個 シャン ナイ 山 奈（サンナ） 大匙1 ガン ツァオ 甘 草（カンゾウ） 大匙山2 ツァオ グァ 草 果（ソウカ） 4個 グエイ ピイ 桂 皮（ケイヒ） 4本 ティン シェン 丁 香（チョウジ） 大匙山1 バァ チェアオ 八 角（ハッカク） 6個 ホァ チェアオ 花 椒（山椒） 大匙1 イェン シイ 芫 茜（中国パセリ） 100 g	バイ ルウ シュエイ 白滷水 500 g チェン ピイ 陳 皮（チンピ） 3枚 ヘイ チェアオ 黒 椒 大匙1 （黒粒コショウ） ラァ チェアオ 辣 椒（生赤唐辛子） 1本 イェン 塩 大匙1/2 マイ ヤー タン 麦芽糖 300 g タン 糖（砂糖） 56 g ラァ チェアオ チェアン ヨ 辣椒醤油 30m l （唐辛子入り醤油） D、 ミイ チー 蜜 汁 適量 シュエイ トウ フェ 水豆粉 少量 （水溶き片栗粉）
1. 骨付きカルビは調味料Aで下味を付けて一晩おく。玉葱は細切りにする。舞茸はほぐす。 2. 調味料Bの香辛料類をさらに包み、分量の水につけて蒸し、白滷水を作る。 調味料Cを全て合わせ、湯煎にかけて蜜汁を作る。 3. 舞茸を油で炒めて火を通し、塩、コショウ、旨味調味料で味付けする。玉葱をさっと油通しし、2の蜜汁を少量からめて味付けし、皿に敷く。 4. 骨付きカルビに薄く片栗粉を付け、煎り焼いて火を通す。 5. 鍋で調味料Dの黒コショウを炒め香りを出して、蜜汁を加え4の骨付きカルビと合わせ、水溶き片栗粉を加えてからめる。3の玉葱の上に盛り付け、舞茸を添える。				