



Thịt Heo Nướng Củ Kiệu

Nguyên Liệu

- 500 g Thịt Ba Rọi
- 200 g Củ Kiệu Chua
- 100 g Hành Lá
- 20 g Mè trắng
- 50 g Sả Xay
- 50 g Hành Tím Xay
- 200 g Gừng
- 2 muỗng canh Mạch Nha
- 2 muỗng cà phê Mật Ong
- 0.5 muỗng cà phê Tiêu
- 1 Ớt Hiếm
- 1 Ớt Sừng Trâu
- 2 muỗng canh Tương ớt
- 2 muỗng cà phê MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương
- 100 g Xà Lách
- 10 g Mè
- 1 muỗng canh Nước sôi
- 1 muỗng cà phê Dầu tỏi
- 0.5 muỗng cà phê Sa tế

Nấu Ngay

- Bạn rửa sạch thịt ba chỉ, thái lát có độ dày 0.5cm, đem ướp cùng 1 muỗng canh tương ớt, 1 muỗng cà phê hạt nêm MAGGI nấm hương, 1 muỗng cà phê mật ong, mạch nha, sa tế, dầu tỏi, hành tím cùng tỏi, sả băm, thêm tiêu và mè, trộn đều hỗn hợp. Với xà lách, bạn bỏ rễ và lá úa, rửa sạch, để ráo nước. Hành lá bỏ rễ, lá héo, đem chần với nước sôi cho mềm. Cuối cùng, cắt ớt sừng thành lát nhỏ.
- Bạn cho lát thịt vừa ướp lên mặt phẳng sạch, đặt củ kiệu chua lên trên, cuộn một vòng tròn rồi dùng lá hành buộc chặt. Lúc này, bạn cũng cần chuẩn bị bếp nướng, khi cuộn thịt xong hãy cho thịt lên vỉ, chỉnh lửa ở mức vừa, nướng thịt đến khi chín vàng đều hai mặt thì gấp ra đĩa.
- Cho vào chén lượng còn lại các loại gia vị gồm hạt nêm MAGGI nấm hương, tương ớt, nước sôi cùng mật ong, thêm ớt hiểm thái nhỏ. Khuấy đều hỗn hợp là có ngay chén nước chấm chuẩn vị ăn kèm thịt nướng.
- Bạn bày thịt heo nướng củ kiệu ra đĩa, chuẩn bị thêm xà lách cùng chén nước chấm vừa pha. Khi ăn sẽ cảm nhận được vị thịt béo mềm hòa cùng củ kiệu chua giòn cùng sốt chấm cay ngọt cực kích thích vị giác sẽ khiến bạn gật gù thích thú đó nha!

dinh dưỡng

Carbohydrate	74.53 g
Năng lượng	1014.52 kcal
Chất béo	73.34 g
Chất đạm	21.58 g

🕒 58 phút

⊕ 4 người ăn