



Bò Cuộn Kim Châm Nướng

Nguyên Liệu

- 300 g Thịt Bò Phi Lê
- 1 gói Nấm Kim Châm
- 1 muỗng cà phê Đường Cát
- 1 muỗng cà phê MAGGI Hạt Nêm Nấm Hương
- 1 muỗng cà phê MAGGI Dầu Hào
- 1 muỗng cà phê Muối
- 10 g Mè rang

Nấu Ngay

1. Xả nhanh thịt phi lê bò dưới nước sạch rồi dùng khăn hay giấy thấm khô bề mặt. Sau đó cắt thành những lát mỏng theo độ dài của thịt. Ướp thịt bò với dầu hào MAGGI, hạt nêm MAGGI nấm hương, đường cát. Trộn đều tay để cả hai mặt của thịt được tẩm ướp đậm đà, sau đó bọc lại bằng màng thực phẩm rồi bảo quản trong ngăn mát tủ lạnh từ 30 phút đến 1h để thịt ngon hơn.
2. Cắt rễ ra khỏi nấm kim châm, nhưng vẫn để phía dưới đủ để nấm dính lại với nhau. Chia thành các phần nhỏ và đặt vào một bát nước ấm. Rắc một ít muối vào ngâm nhanh khoảng 1 – 2 phút để nấm có thể mềm, đẹp và mang lại vị dai khi ăn. Ngoài ra, cũng giúp các sợi nấm tưa ra nữa. Sau khi ngâm thì để thật ráo nấm.
3. Lấy thịt bò ra khỏi tủ lạnh, kéo dài ra lát thịt bò trên một bề mặt sạch rồi đặt nấm lên trên, cuộn thịt bò thật chặt quanh nấm kim châm theo một đường chéo nhỏ, để thịt bọc đều phần nấm rồi cố định lại bằng tăm.
4. Bật nồi chiên không dầu cho nóng trước, sau đó cho thịt vào nồi chiên không dầu nướng ở nhiệt độ 200 trong 5 phút là đã hoàn thành rồi.
5. Bạn gấp thịt bò nướng cuộn nấm kim châm ra đĩa, thêm một chút mè rang cho thơm là đã có thể thưởng thức ngay. Thịt bò ướp đậm đà, dậy vị cùng dầu hào MAGGI, cuộn bên trong nấm kim châm giòn dai, ngọt lịm, hương vị thơm ngon hòa quyện trên đầu lười thật ngất ngây.

dinh dưỡng

| | |
|--------------|-------------|
| Carbohydrate | 6.08 g |
| Năng lượng | 545.31 kcal |
| Chất béo | 54.51 g |
| Chất đạm | 7.93 g |

🕒 45 phút

👤 4 người ăn