



Bò xào bí nọ

Nguyên Liệu

- 200 g Đọt Bí Non
- 5 g Tỏi xay
- 10 ml Dầu Ăn
- 100 g Thịt bò
- 25 g Maggi Dầu hào bào ngư
- 400 mg Tiêu xay
- 25 ml Nước

Nấu Ngay

1. Ướp thịt bò với dầu hào bào ngư, tiêu xay 15 phút cho thấm gia vị
2. Bí nọ luộc sơ 1 phút. Vớt ra để ráo
3. Xào tỏi với dầu ăn 30 giây cho thơm
4. Thêm thịt bò vào xào 1 phút
5. Thêm bí nọ vào xào 1 phút
6. Nêm với dầu hào bào ngư, nước lọc, tiêu xay cho vừa ăn
7. Để Thịt bò xào bí nọ vào đĩa, dùng nóng

dinh dưỡng

Carbohydrate	7.2 g
Năng lượng	13637.03 kcal
Chất béo	1535.94 g
Chất đạm	7.83 g

🕒 27 phút

👤 2 người ăn