



## Bò lúc lắc

### Nguyên Liệu

- 50 g Hành Tây
- 50 g Ớt Chuông
- 50 g Cà Chua
- 5 g Tỏi xay
- 10 ml Dầu Ăn
- 10 g Bơ
- 30 ml Nước
- 150 g Thịt bò
- 25 g Maggi Dầu hào bào ngư
- 10 g MAGGI Tương Ớt
- 400 mg Tiêu xay

### Nấu Ngay

1. Ướp thịt bò với dầu hào bào ngư, tiêu xay 15 phút cho thấm gia vị
2. Xào tỏi với dầu ăn 30 giây cho thơm
3. Thêm thịt bò vào xào 1 phút
4. Thêm hành tây, ớt chuông vào, tiếp tục xào 1 phút
5. Nêm với dầu hào bào ngư, tương ớt, tiêu xay, nước lọc cho vừa ăn
6. Thêm cà chua, bơ vào. Tiếp tục xào 30 giây nữa là được
7. Để bò lúc lắc vào đĩa, dùng nóng.

#### dinh dưỡng

Carbohydrate	12.06 g
Năng lượng	13853.63 kcal
Chất béo	1557.52 g
Chất đạm	7.54 g

🕒 27 phút

👤 2 người ăn