

## 電子報二：常見亞洲料理

在交換期間，我最想念的便是台在交換期間，我最想念的便是台灣的味道，所以這篇電子報想要和大家分享簡單且在瑞典當地也可以自行上手的料理－炸醬麵

### 食材

- 豬絞肉 半斤
- 豆乾(切丁) 8片
- 洋蔥(切丁) 一顆
- 蔥白 一支
- 蒜末 一大匙
- 白胡椒粉 適量
- (不辣)豆瓣醬 2大匙
- 甜麵醬 2大匙
- 冰糖 適量
- 米酒 100ml
- 水 100ml

### 做法

- 1取一鑄鐵鍋，加入玄米油少許，小火爆香蔥白與蒜末後加入豆乾煸香。
  - 2接著加入洋蔥翻炒至洋蔥熟軟後，加入絞肉與胡椒粉，翻炒至肉末變色。
  - 3將炒好的料往鍋子四邊堆，在鍋中間弄出一個洞。加入豆瓣醬級甜麵醬炒香後，與肉末料拌勻。
  - 4加入冰糖，米酒與水，蓋上鍋蓋小火煮15分鐘就完成了。
- 在最後煨煮的步驟時，就可以開始準備煮麵以及準備一些配菜(切一些小黃瓜絲、紅蘿蔔絲、蛋皮絲)，等麵煮好，淋上醬料加上黃瓜絲配料就可以享用了。