

## 黑椒牛肉干

## 原料：

- 1.5 磅牛肉（大概 680 克左右）
- 1/2 杯万字酱油
- 1/3 杯 Worcestershire source（这个大概应该翻译成辣酱油）
- 2 大勺白糖
- 1 小块姜，切成片
- 1 大勺料酒
- 1 大勺蒜粉
- 2 大勺现磨的黑胡椒
- 2 大勺番茄酱（ketchup）
- 2 大勺辣椒碎（喜欢辣的可以再多加点）
- 1 大勺白芝麻
- 盐适量（我放了大概 2 茶勺，这个要根据个人口味决定比较好）



## 做法：

牛肉飞水去掉血沫，然后高压锅内加冷水，姜片和料酒，大火烧开到高压锅上汽后，转成小火，接着高压煮 20 到 25 分钟。

与此同时，把所有的调料在一个大碗里搅拌均匀。

把煮软了的牛肉捞出来，切成大片，放到装调料的大碗，轻轻的拌匀，是每片牛肉上都均匀的蘸上酱料，用盖子盖好，放 1 至 2 个小时，让牛肉充分吸收酱料。

烤箱预热到 220F/104 度。

把牛肉片平铺在烧烤架上，放到烤箱里，下面最好垫一层烤盘，以免把烤箱弄脏。

烤 4 到 8 个小时之间，喜欢软一点的，时间可以短一点，喜欢有嚼头的牛肉干的话，烘烤的时间可以长一点。我烤了大约 6 个小时左右。

这是进烤箱之前的牛肉片，已经很诱人啦！烤好了的牛肉干，配瓶冰镇啤酒，这才叫过瘾！

具体能保存多少时间不详，因为我家的牛肉干基本上第二天就全都吃光光了。。。