

# 烤奶油土豆肉末

## Creamy Potato and Meat Grain

### TIME 时间

Cooking 烹饪 30 min.

Baking 烘焙 40 min.

Resting 静置 5 min.



### INGREDIENTS 原料 (2人份)

250克	土豆
50克	牛肉
50克	猪肉
1/4个	洋葱
4瓣	大蒜
60毫升	淡奶油
40毫升	牛奶
1/10茶匙	肉豆蔻粉
1汤匙	番茄酱
	盐
	黑胡椒
	食用油

### UTENSILS 器具

烤箱，砧板，刀，炒锅，锅铲，煮锅，烤盘，刷子

### STEPS 步骤

- STEP 1** 原料：250克土豆，60毫升淡奶油，40毫升牛奶， $\frac{1}{10}$ 茶匙肉豆蔻粉，盐  
器具：烤箱，砧板，刀，煮锅，锅铲  
将烤箱预热到180°C。将土豆削皮后切片，不要冲洗土豆片上的淀粉。将土豆片和淡奶油、牛奶、肉豆蔻粉和一小撮盐放入煮锅中混合均匀，开盖用中低火煮大约**10分钟**，并偶尔搅拌，直至混合物变粘稠。
- STEP 2** 原料： $\frac{1}{4}$ 个洋葱，4瓣大蒜，50克牛肉，50克猪肉  
器具：砧板，刀  
将洋葱和大蒜切碎，混合后置于一旁。将牛肉和猪肉切碎成肉糜，混合均匀。
- STEP 3** 原料：食用油，100克猪牛肉末，洋葱和大蒜末，1汤匙番茄酱，盐，黑胡椒  
器具：炒锅，锅铲  
将食用油在炒锅中用中火加热，倒入猪牛肉末，煎炒至肉末颜色变深。放入洋葱和大蒜末，继续翻炒约**5分钟**。放入番茄酱、盐和黑胡椒调味，翻炒均匀后关火。
- STEP 4** 原料：食用油  
器具：烤箱，烤盘，刷子  
用刷子将食用油涂抹在烤盘上。在烤盘中先铺一层土豆片（用掉一半土豆片的量），然后均匀盖上所有肉末，最后将剩下的一半土豆片铺在肉末上。将烤盘放入烤箱内，以180°C烘烤**40分钟**后，从烤箱内移出静置**5分钟**。尽情享受！