## 番茄牛腩

1. 牛腩切块放锅里，放凉水，刚没过肉一点；

料酒，葱，一片姜；

开火，煮开 → 关小 → 1~2min → 关火 → 水倒掉 → 温/热水把牛肉冲干净备用

1. 油+番茄 → 葱、姜（2~3）、蒜（4~5） → 牛肉；

料酒、老抽、生抽、耗油、糖、大回；

加开水（刚没过）小火炖半小时到一小时；

大火收汁。

## 番茄鸡蛋

1. 3个鸡蛋一个番茄；

3个鸡蛋+水+一点料酒，先炒成块，盛出来；

1. 番茄小块+油炒；

放入鸡蛋；

糖、盐。 （中火）