

## 燒肉珍珠堡

份量：2人份

材料：

熱的五穀飯.....2碗  
五花牛肉薄片.....100g  
洋蔥絲.....50g  
生菜.....2片  
炒香的白芝麻.....少許

調味料：

醬油.....2小匙  
米酒.....2小匙  
糖.....2小匙  
太白粉.....1/4小匙



步驟一：

將牛肉薄片切3~4公分小段，再將肉片與洋蔥絲加入調味料拌勻，備用；將五穀飯平均分成四等份，分別用保鮮膜(或保鮮袋)包住，整捏成圓球狀後，再壓整成圓餅狀，備用



步驟二

鍋中加少許油，以中小火將做法1的米餅煎成兩面微焦，盛起備用；續用同一鍋子，加入適量的油燒熱後，放入做法1的肉片，翻炒至肉熟，起鍋前撒些白芝麻，盛起備用



步驟三

最後以漢堡的方式，將米餅、生菜、炒牛肉，組合起來，即完成

### 小米桶的貼心建議

◎為了讓米飯容易整成米餅狀，煮五穀飯時可增加糙米的比例，或是加入白米，增加黏性

◎夾餡的炒牛肉可以替換成豬肉，或是其他喜愛的夾料，比如：豬排、煎魚柳....等等