

Hong Kong-Style Curry Beef Brisket



Ingredients

Beef brisket (previously prepared): 400g
Water: 400ml
Chicken broth 200ml
Ginger: 1 piece (cut into small pieces)
Red onions: 4 pieces (cut into small pieces)
Yuan Heng curry powder: 2 small bags
Sugar: 45-50g
Potatoes: 5 medium-sized
Coconut milk: 100ml
Heavy cream: 50ml

Instructions

1. Cut the beef brisket into bite-sized pieces and place them in boiling water. Boil for about 15 minutes over medium heat, removing any scum that rises to the surface. Rinse the beef clean.
2. In a pot, add 2 tablespoons of oil and sauté the chopped ginger and onion until fragrant. Once the aroma is released, add the Yuan Heng curry powder and stir well to combine the oil and powder.
3. Gradually add 400ml of water and the chicken broth.
4. Bring to a boil over medium heat, then add the beef brisket and sugar.
5. Simmer over low to medium heat for about 30 minutes.
6. Peel the potatoes and cut them into your desired size. Fry them once in oil and set aside.
7. Add the potatoes to the pot and continue simmering for about 20 minutes.
8. Add salt to taste and bring to a boil over high heat.
9. Once boiling, add the heavy cream and coconut milk, then reduce the heat to low and simmer for about 10 minutes.
10. Your curry beef brisket is now ready to be served.

香港式牛バラカレーのレシピ



食材

牛バラブロック 400g (下ごしらえしておく)
水 400cc
ビーフコンソメ 2個
鶏ガラスープ顆粒 小1
生姜 1カケ (みじん切り)
赤玉ねぎ (ホムデン) 4個 (みじん切り)
源興のカレー粉 2個
砂糖 45g~50g
ジャガイモ 中5個
ココナッツミルク 100cc
エバミルク 50cc

作り方

- 1.牛バラブロックを1口大にカットして、沸騰したお湯に入れる。中火であくを取りながら15分ほど煮て、水洗いする。
- 2.鍋に油を大2いれ、生姜とホムデンのみじん切りを炒める。香りが出たら源興のカレー粉を1つ加えて油となじむまでよく炒める。
- 3.400ccの水を少しづつ加える。ビーフコンソメ2個と鶏ガラスープ顆粒をいれる。
- 4.中火でひと煮立ちさせたら、牛肉と砂糖を加える。
- 5.中弱火で30分程度煮込む。
- 6.ジャガイモは皮を剥き、好みの大きさにきって、一度油で素揚げしておく。
- 7.ジャガイモを加えて20分程さらに煮込む。
- 8.塩を多めの一つまみ加えて強火にし。
- 9.煮立ったらエバミルクを、ココナッツミルクを加えて弱火にし、10分ほど煮込んで出来上がり。

咖喱牛腩食譜



食材

牛腩塊 400克（預先處理）毫升
水 400毫升
雞湯 200毫升
生薑 1塊（切成小粒）
紅洋蔥（洋蔥） 4個（切成小粒）
源興咖喱粉 2包
糖 45克~50克
馬鈴薯 中等大小5個
椰漿 100毫升
淡奶油 50毫升

做法

1. 將牛腩塊切成一口大小，放入沸水中。用中火煮沸約15分鐘，同時去除浮沫後，洗淨牛肉。
2. 在鍋中加入2大匙油，加入切好的生薑和洋蔥粒炒香。待香味散發出來後，加入源興咖喱粉，炒勻油和粉。
3. 逐漸加入400毫升的水。加入雞湯。
4. 中火煮沸後，加入牛肉和糖。
5. 用中小火燉煮約30分鐘。
6. 剝去馬鈴薯皮，切成喜歡的大小，先用油炸一次備用。
7. 加入馬鈴薯，再燉煮約20分鐘。
8. 加入適量的鹽，用大火煮沸。
9. 煮沸後，加入淡奶油及椰漿，改用小火燉煮約10分鐘，即可完成。

咖喱牛腩食谱



食材

牛腩块 400克 (预先处理)
水 400毫升
鸡汤 200毫升
生姜 1块 (切成小粒)
红洋葱 (洋葱) 4个 (切成小粒)
源兴咖喱粉 2包
糖 45克~50克
马铃薯 中等大小5个
椰浆 100毫升

做法

- 1.将牛腩块切成一口大小，放入沸水中。用中火煮沸约15分钟，同时去除浮沫后，洗净牛肉。
 - 2.在锅中加入2大匙油，加入切好的生姜和洋葱粒炒香。待香味散发出来后，加入源兴咖喱粉，炒匀油和粉。
 - 3.逐渐加入400毫升的水。加入鸡汤。
 - 4.中火煮沸后，加入牛肉和糖。
 - 5.用中小火炖煮约30分钟。
 - 6.剥去马铃薯皮，切成喜欢的大小，先用油炸一次备用。
 - 7.加入马铃薯，再炖煮约20分钟。
 - 8.加入适量的盐，用大火煮沸。
- 煮沸后，加入淡奶油和椰浆，改用小火炖煮约10分钟，即可完成。