

# Minchi Tradicional

Carlos Alberto Anok Cabral(歐嘉努)

## Ingredientes

- carne de porco – 1 libra
- sutate – 5 colheres de sopa
- óleo de sésamo – 1 colher de chá
- vinho de arroz chinês – 2 colheres de sopa
- chalotas – 4
- batatas – 4
- carne de vaca – ½ libra
- pimenta – quanto baste (q.b.)
- sutate doce – 1 colher de chá
- cebola – 1
- alho – 2 dentes

## Preparação

Corte as batatas em pequenos cubos e frite-as em óleo. Corte as cebolas e chalotas em pequenos cubos. Pique o alho. Pique a carne de porco e a carne de vaca, depois, ponha a marinar com o sutate, a pimenta, o sutate doce, o óleo de sésamo e o vinho.

Num wok, refogue o alho e adicione as cebolas e as chalotas. Seguidamente, junte as carnes picadas e misture bem.

Quando a carne estiver totalmente cozida e bem misturada com os outros ingrediente, coloque o minchi no prato e decore com as batatas fritas.



Nota:  
sutate = molho de soja claro  
sutate doce = molho de soja escuro



# 傳統免治

## 材料

- 1磅免治豬肉
- ½磅免治牛肉
- 5湯匙生抽
- 適量胡椒粉
- 1茶匙麻油
- 1茶匙老抽
- 2湯匙米酒
- 1個洋蔥
- 4個乾蔥
- 蒜蓉(2粒蒜頭)
- 4個薯仔

## 製法

將薯仔砌粒，用油炸至金黃色備用。

把免治豬肉和免治牛肉用生抽、老抽、胡椒粉和米酒攪均醃一會，把洋蔥和乾蔥砌粒，加入蒜蓉起鑊爆香，再加入醃好的免治豬肉及牛肉炒香，熟透後把免治放在碟子加入炸薯仔粒裝飾即可。





# Traditional Minchi

## **Ingredientes**

- pork – 1 pound
- beef – ½ pound
- light soy sauce – 5 tablespoons
- pepper – as needed
- sesame oil – 1 teaspoon
- dark soy sauce – 1 teaspoon
- Chinese rice wine – 2 tablespoons
- onion – 1
- shallots – 4
- garlic – 2 cloves
- potatoes – 4



## **Preparation**

Cut the potatoes into small cubes and fry them in oil. Cut onions and shallots into small cubes. Chop the garlic. Chop the pork and beef and then marinate with light soy sauce, pepper, dark soy sauce, sesame oil and the wine.

In a wok, sauté the garlic and add the onions and shallots.

Add the minced meat and mix well. When the meat is fully cooked and mixed well with other ingredients, place minchi in the dish and decorate with fried potatoes.