滷牛肉(一大鍋：2個牛腱、2條牛筋和1個牛肚)

川燙最重要：

水中要加入一大把的蔥、薑(拍碎)和米酒(半瓶)去腥，要川燙時間久一點(至少半小時)，撈出洗淨備用。

滷包：加入蔥白、薑片、蒜頭和蒜苗頭爆香，加入牛肉翻炒、加入香菇素豪油拌勻，加入冰糖拌炒、紅酒半瓶和烏醋拌勻後倒入滷鍋中加水、滷包1包，蔥綠、蒜苗尾滷

水滾後適味道：加入少許的鹽、醬油、高鮮味精調鹼度

牛腱滷2.5小時，牛筋5-6小時，牛肚3小時

蔬果：加入1顆洋蔥炒香，加入薑、蔥白、蒜頭炒香，再加入蘋果(2個)、番茄(黑蒂頭3個)，紅白蘿蔔(各2根整條)拌炒，加入牛肉、香菇素豪油拌勻，加入少許冰糖、適量五香醋、紅酒半瓶拌勻後倒入滷鍋中加水、蔥綠滷

水滾後適味道：加入少許的鹽、醬油、高鮮味精調鹼度

牛腱滷2.5小時，牛筋5-6小時，牛肚3小時