

Stek wołowy New York z rozmarynem

Autor: **Nemezja**Przepisów: **198** Ocena: **5929**

1-2 os.



15 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- stek wołowy z rostbefu 250 - 300 g o grubości 2,5 - 3 cm
- sól
- pieprz
- odrobina oliwy z oliwek
- do polania:
- masło 2 - 3 łyżki
- czosnek 2 ząbki
- świeży rozmaryn lub mielony 1 - 2 łyżeczki
- sól
- pieprz
- ocet balsamiczny 1 łyżka (opcjonalnie)

Sposób przygotowania:

- 1 Stek wyjąć z lodówki na co najmniej godzinę przed smażeniem, inaczej mięso podczas smażenia dozna szoku termicznego i będzie twarde. Umyć i dokładnie osuszyć.
- 2 Patelnię najlepiej o grubym dnie bardzo mocno rozgrzać z odrobiną oliwy. Oliwy dużo nie dawać, gdyż ze steku będzie wytapiać się tłuszcz. Stek położyć na rozgrzaną patelnię i od tej chwili nie można go ani przesuwac, ani nakłuwac. Smażyć 3 minuty, następnie za pomocą szczypec lub łopatki (nie nakłuwac widelcem, gdyż wypłynie sok i będzie suchy) obrócić na drugą stronę i smażyć kolejne 3 minuty.
- 3 Stek zdjąć najlepiej na drewnianą deskę, oprószyć z obu stron solą i pieprzem i dać mu odpocząć tyle samo czasu ile się smażył.
- 4 W międzyczasie przygotować masło rozmarynowe do polania. Na patelnię położyć obrane i pokrojone na plastry ząbki czosnku, dodać masło, smażyć na niezbyt dużym ogniu do czasu zrumienienia czosnku. Czosnek zdjąć z patelni, dodać rozmaryn, odrobinę soli i pieprzu i ewentualnie ocet balsamiczny. Jeśli dodamy octu balsamicznego, to na wolnym ogniu redukować płyn, aż sos będzie miał lekko lepłą konsystencję (około 2 minuty), samo masło tylko delikatnie podgrzewać, aby rozmaryn uwolnił swój smak. Jeśli używam suszonego rozmarynu, to rozcieram go w moździerzu i zalewam go gorącym masłem, na którym był podsmażany czosnek i polewam nim steki po wyłożeniu ich na talerz.
- 5 Odpoczywający stek położyć na talerz i polać ciepłym masłem rozmarynowym.

Tak przygotowany stek jest średnio wysmażony, z zewnątrz jest przypieczony, w środku ma delikatną, różową i soczystą strukturę.

Stopień wysmażenia można sprawdzić, naciskając go lekko palcem, im bardziej wysmażony, tym twardszy.

Więcej informacji o smażeniu steków jest na moim blogu.

Twoje notatki do przepisu: