

# Szczękiczy czyli steki z rekina...



Autor: **Facet\_w\_kuchni**  
Przepisów: **77** Ocena: **1386**



3-4 os.



60 min



łatwe



przystępne



## Składniki:

- 8 - 10 mrożonych steków z rekina
- 3 łyżeczki estragonu
- 1 szklanka oliwy z oliwek
- Sok z 1 limonki
- ulubiona surówka
- ryż lub kasza bulgur

## Sposób przygotowania:

- 1 Steki rozmrażamy, osuszamy na ręczniku papierowym i lekko solimy.

W misce rozrabiamy oliwę z oliwek z sokiem z limonki (można użyć cytryny ale zdecydowanie wolę wersję z limonką) oraz estragonem.

Steki moczymy w marynacie i zostawiamy w niej na minimum pół godziny.

- 2 Smażymy na patelni grillowej lub na grillu elektrycznym po ok. 5 minut z każdej strony.
- 3 Podajemy z surówką oraz ryżem lub kaszą np. bulgur - te smaki będą się ze sobą komponować. Tutaj zrobiłem surówkę z kapusty pekińskiej, jabłka i ogórka kiszzonego.

Smacznego !!!



Twoje notatki do przepisu:

