



5 NAJLEPSZYCH PRZEPISÓW NA STEKI



przepisy.pl



przepisy.pl

Sałatka z grillowanym stekiem oraz crostini



 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- steki z polędwicy lub rostbefu wołowego - 4 sztuki
- Przyprawa do mięs Knorr** - 1 łyżka
- oregano - 1 łyżeczka
- rozmaryn - 1 łyżeczka
- mix sałat - 1 opakowanie
- cytryna - 1 sztuka
- cukier - 1 łyżeczka
- musztarda - 1 łyżeczka
- kromki wiejskiego chleba - 4 sztuki
- oliwa - 1 łyżka

Sposób przygotowania:

1. Steki skrop oliwą z oliwek, posyp przyprawą Knorr, oregano i rozmarynem.
2. Następnie mięso grilluj przez 5 minut z jednej strony. Odwróć i grilluj kolejne 3 minuty. Przełóż steki na blachę do pieczenia i piecz w piekarniku w 180 °C przez 10 minut. Po upieczeniu odstaw na 10 minut.
3. Połącz oliwę z oliwek z cukrem i musztardą.
4. Sałatę umyj, osusz, rozłóż na 4 talerze i polej przygotowanym sosem.
5. Kromki chleba opiek na patelni grillowej z odrobiną oliwy z oliwek na złoto z obu stron – powstaną grzanki. Podawaj steki na sałacie z kromkami opieczzonego pieczywa – crostini.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Wołowe steki z grilla



 60 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- steki z rostbefu - 4 sztuki
- Przyprawa do mięs Knorr** - 1 łyżeczka
- majeranek - 1 łyżka
- cytryna - 1 sztuka
- miód - 1 łyżka
- musztarda - 1 łyżeczka
- koperek - 0.5 pęczków
- oliwa z oliwek - 4 łyżki

Sposób przygotowania:

1. W misce połącz oliwę z oliwek, musztardę, miód, przyprawę do mięsa Knorr, majeranek, tymianek i posiekany koperek.
2. Steki umyj, osusz, ułóż w płaskim naczyniu, zalej marynatą i pozostaw na godzinę w lodówce.
3. Mięso grilluj przez 15 minut, obracając je kilkakrotnie i smarując marynatą. Podawaj na ciepło lub na zimno wraz z sałatką. Tak przygotowane steki świetnie smakują również na zimno jako dodatek do letniej sałatki.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Steki wołowe z pieczarkami



 30 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- steki z antrykotu - 4 sztuki
- Przyprawa do mięs Knorr** - 3 łyżki
- pieczarki - 500 gramów
- cebula dymka ze szczypiorkiem - 1 pęczek
- żółtko - 1 sztuka
- gęsta śmietana - 150 gramów
- oliwa do smażenia - 4 łyżki
- ser gruyer starty - 1 łyżka
- pieprz - 1 szczypta

Sposób przygotowania:

1. Steki skrop oliwą i oprószyć obficie 2 łyżkami przyprawy do mięs. Obsmażyć po minucie z każdej strony na grillowej patelni. Po czym steki przełożyć na blaszkę do pieczenia wyłożoną pergaminem.
2. Pieczarki pokroić w ćwiartki, cebulę w piórka i podsmażyć razem na rozgrzanym tłuszczu. Śmietanę wymieszać z żółtkiem, wleć na patelnię, dodaj posiekany szczypiorek i dopraw do smaku pozostałą Przyprawą do mięs oraz odrobiną świeżo zmielonego pieprzu.
3. Na obsmażone steki nałóż przygotowane grzyby. Całość posyp startym serem. Wstaw do nagrzanego do 200°C piekarnika nastawionego na górną grzałkę. Piecz przez 4 do 7 minut w zależności od grubości steków oraz od tego jak wysmażone mięso lubisz.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Steki wołowe z polędwicy z pieczonymi warzywami

przepisy.pl



 30 minut  1 osoba  Łatwe

Składniki:

- steki z polędwicy wołowej, każdy po około 150g - 4 sztuki
- Przyprawa do mięs Knorr** - 3 łyżki
- oliwa z oliwek - 3 łyżki
- bakłażan - 1 sztuka
- czerwona papryka - 1 sztuka
- czosnek, główka - 1 sztuka
- cebula - 1 sztuka
- szynka parmeńska - 4 plastry
- ser parmezan - 1 łyżka
- kapary - 1 łyżka
- ostra papryczka chili - 1 sztuka

Sposób przygotowania:

1. Bakłażana paprykę, cebule, chilli oraz czosnek wstaw do nagrzanego piekarnika i piecz w 190°C przez około 20 minut. Upieczone warzywa wstaw do torebki foliowej, zawiń i odstaw do ostygnięcia.
2. W misce wymieszaj dwie łyżki oliwy z dwoma łyżkami przyprawy do mięs. W powstałej marynacie obtocz mięso. Steki obsmaż do minucie z każdej strony na grillowej patelni.
3. Wystudzone warzywa obierz, usuń gniazda nasienne i bardzo drobno pokrój w kostkę, dopraw do smaku pozostałą Przyprawą do mięs, posiekanymi kaparami oraz odrobiną oliwy.
4. Warzywa nałóż na mięso zawijając wokół mięsa plaster szynki, tak aby szynka przykryła jednocześnie mięso i nałożone na wierzch warzywa.
5. Całość posyp z wierzchu serem. Wstaw do nagrzanego do 220°C piekarnika piecz około 10-15 minut w zależności od tego jak wysmażone mięso lubisz.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Stek ziołowy

przepisy.pl



 35 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- stek - 4 sztuki
- Przyprawa do mięs Knorr** - 1 łyżka
- bułka tarta - 100 gramów
- natka pietruszki - 1 pęczek
- ząbek czosnku - 1 sztuka
- musztarda - 2 łyżki
- bazylia - 1 pęczek
- oregano - 1 pęczek
- orzechy włoskie - 100 gramów
- Rama Smaż jak szef kuchni, wariant maślany smak** - 100 gramów

Sposób przygotowania:

1. W misce pomieszaj trzy łyżki Rami Smaż jak szef kuchni z przyprawą do mięs. W tak przygotowanej marynacie obtocz mięso. Dzięki wymieszaniu przyprawy w Ramie, przyprawa zostanie równomiernie rozprowadzona po powierzchni każdego steka, a podczas smażenia tłuszcz nie będzie przyskać.
2. Steki obsmaż z obu stron na mocno rozgrzanej patelni grillowej. W międzyczasie przygotuj ziołową panierkę.
3. W tym celu w kielichu miksera zmiksuj orzechy, musztardę, czosnek, zioła z rama smażyć jak szef kuchni. Powstała gęsta masa zmieszaj z bułką tartą i rozłóż na powierzchni mięsa.
4. Steki wstaw do nagrzanego do 200°C piekarnika na około 10 minut (w zależności od grubości). Podczas pieczenia tłuszcz dodany do bułki będzie się wytapiać nadając jednocześnie kruchości stekom. Sprawia też, że panierka na powierzchni mięsa będzie chrupiąca.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl