

BIFTEKY S VŮNÍ JALOVCE



Ingredience

sůl	1	špetka
svíčková	1	kg
slanina	6	plátek
pepř mletý	1	špetka
červené víno suché	550	ml
šalotka	2	ks
celer	1	ks
mrkev	1	ks
česnek	2	stroužek
bobkový list	2	ks
tymián	1	špetka
gin	1	láhev
máslo	35	g
šalotková omáčka	1	láhev

Speciální vybava:

kuchyňský provázek

Místo svíčkové můžete použít 6 bifteků (každý by měl mít asi 150 g), místo slaniny lze použít pancetta

Puště se do toho:

1. Plátky svíčkové nebo bifteky oviňte proužkem slaniny a zavažte je kuchyňským provázkem.
2. Víno nalijte do misky a k němu přidejte šalotku, celer, mrkev, česnek, bobkový list a tymián. Do steaků po obou stranách vetřete olej a dejte je do zapékací misky. Zalijte maso nejprve směsí zeleniny s vínem a poté ginem. Zbytek oleje nalijte na maso, přikryjte je mikrotenovou fólií a na 2-4 hodiny je nechte marinovat v lednici. Během této doby nezapomeňte steaky několikrát otočit.
3. Připravte gril k přímému grilování a rozpalte ho na vysokou teplotu. Okartáčujte rošt a potřete ho olejem.
4. Vyndejte maso z marinády a osušte ho papírovou utěrkou. Steaky z obou stran osolte, opepřete a dejte na rozpálený rošt. Grilujte je 4-5 minut, pokud je chcete mít propečené na medium. Kleštěmi obraťte steaky i na výšku, aby se i slanina opekla dokřupava.
5. Hotové bifteky servírujte do nízké misky, potřete je máslem a nechte 3-5 minut v klidu. Stáhněte z nich provázky. Steaky můžete podávat se šalotkovou omáčkou.

Autor: prima

Vhodné pro vegetariány: ne

Počet porcí: 4

Obtížnost: pro začátečníky

Doba vaření: 40 minut

Národní kuchyně: americká

Doba přípravy: 30-60 minut

Kategorie: grilování, hlavní chod

Teplota přípravy: 250 °C

RIB EYE STEAK (ENTRECOTE) SE SOLÍ A PEPŘEM



Ingredience

pepř	1 špetka
hovězí steak rib eye	4 ks
sůl	1 špetka
olivový olej	1 láhev

Speciální vybava:

štetec k potírání steaků, kleště na obracení masa

Puště se do toho:

1. Hod'te steaky (na výšku by měly mít 2 cm) na táč. Nasolte je a opepřete po obou stranách. A zrovna tak je potřete olejem.
2. Očistěte gril, rozpalte ho a mřížku potřete tukem, aby se maso nechytalo.
3. Po mřížce rozmístěte steaky a 3-4 minuty je po každé straně opečte. Maso od grilu nikdy neotrhujte. Počkejte, až se zatáhne a samo se mřížky pustí. Rozhodně do nich nepíchejte vidličkou, abyste je mohli obrátit. Na otáčení při grilování slouží kleště!
4. Steaky sundejte z grilu. Poté je položte na táč a nechte 3-5 minut v klidu vydechnout. Zakápněte je olivovým olejem a můžete je rovnou servírovat..

TIP 1: „Pokud si nejste jisti, jestli se vám povedlo steak dostatečně propéct a nemáte zrovna po ruce teploměr na maso, pak jej podrobte tzv. „prstovému testu“. Technika je uspokojivě snadná. Rare steak se prozradí tím, že do něj snadno zaboříte bříško prstu, reliéf se však za chvíli vrátí do původní podoby. Stupeň medium vás už nepustí tak hluboko. Well done bude vzdorovat jakýmkoli pokusům o změnu, ten je prostě už hotový.“

TIP 2: Stupně propečení pro steaky Syrový (rare) - postačí vám 5-7 minut z každé strany. Steak bude zvenku světle hnědý, uvnitř červený a vlážný. Středně propečený (medium) - postačí vám 7-9 minut z každé strany. Steak bude zvenku šedohnědý, uvnitř horký a na středu narůžovělý. Dobře udělaný (well done) - postačí vám 9-11 minut z každé strany. Steak bude rovnoměrně šedohnědý.

Autor: Zdeněk Pohlreich

Vhodné pro vegetariány: ne

Počet porcí: 4

Obtížnost: pro začátečníky

Doba vaření: 5 minut

Národní kuchyně: americká

Doba přípravy: 1-30 minut

Kategorie: grilování, hlavní chod

Teplota přípravy: 230 °C

STEAKY Z VYSOKÉHO ROŠTĚNCE S ESPRESO- CHILLI MARINÁDOU



Ingredience

steak z vysokého roštěnce	250 g
kmín římský	2 špetka
káva černá zrnková	35 g
chilli mleté	18 g
paprika sladká mletá červená	1 špetka
mořská sůl	1 špetka
pepř mletý	1 špetka
olivový olej extra panenský	1 sklenice

Speciální vybava:

mlýnek na koření nebo hmoždíř s tloučkem

Připravte si:

Na marinádu:

opražená semínka římského kmínu, káva, chilli, paprika

Dále:

sůl, pepř, 4 steaky z vysokého roštěnce, každý by měl mít na váhu 250 g a 2,5 cm na výšku, extra panenský olivový olej

Puště se do toho:

1. V mlýnku na koření nebo v hmoždíři rozdrťte semínka římského kmínu a kávová zrnka nebo espresso.
2. Přesypejte koření do misky, přidejte zbylé ingredience na marinádu a vše promíchejte.
3. Do steaků vetřete olej a rovnoměrně je potřete kávovou marinádou. Steaky zakryjte mikrotenovou fólií a nechte je 20-30 minut odpočívat v pokojové teplotě. Zatím připravte gril.
4. Na rozžhavený rošt nandejte steaky a grilujte je pod zavřeným víkem. Otočte je jen jednou. Pro stupeň propečení medium-rare počítejte s grilováním 6-8 minut. Poté je položte na táč a nechte 3-5 minut v klidu. Servírujte teplé.

Autor: Zdeněk Pohlreich

Vhodné pro vegetariány: ne

Počet porcí: 4

Obtížnost: pro začátečníky

Doba vaření: 10 minut

Národní kuchyně: americká

Doba přípravy: 1-30 minut

Kategorie: grilování, hlavní chod

Teplota přípravy: 250 °C