

Stek wołowy z sosem pieprzowym



JUSTYNKAG



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Ziemniaki pieczone

ziemniaki	2
jogurt naturalny	100 ml
koperek	2 łyżki
sól do smaku	

Pieprz czarny mielony Prymat do smaku

folia aluminiowa

sos pieprzowy

śmietana 30%	4 łyżki
brandy	4 łyżki
sól do smaku	
Pieprz czarny ziarnisty Prymat	kilka ziaren
musztarda dijon	1/4 łyżeczki

Mięso

połędwica wołowa	2 kawałki
sól i pieprz	

sałatka

sałata lodowa	kilka listków
pomidorki koktajlowe	5-6

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ziemniaki zawinąć w folię aluminiową, każdy osobno. Nagrzać piekarnik do 180stopni C. Piec ziemniaki około 1-1,5h w zależności od wielkości ziemniaków.

Mięso opłukać, osuszyć ręcznikiem papierowym i obtoczyć w pieprzu. Rozgrzać oliwę na patelni grillowej i smażyć mięso około 4-5 minut z obu stron. Położyć mięso na talerz, oprószyć solą i przykryć folią aluminiową.

Sos do ziemniaków: Jogurt naturalny wymieszać z posiekanym koperkiem, doprawić solą i pieprzem

Sos pieprzowy: Wlać brandy na patelnię po stekach i zeskrobać to co zostało na patelni z mięsa. Podgrzewać około 0,5 minuty aż płyn się zredukuje o połowę. Wlać sok ze steków, który mięso puściło, gdy było przykryte folią, dodać śmietanę. Gdy sos zgęstnieje, zestawić patelnię z ognia, doprawić solą i pieprzem ziarnistym rozdrobnionym w moździerzu.

Ziemniaki przekroić na krzyż (ale nie do końca). Polać sosem jogurtowym. Steki polać sosem pieprzowym. opłukane liście sałaty położyć na talerz, dodać pokrojone na pół pomidorki. Doprawić solą i pieprzem, polać oliwą z oliwek