

Grillowane steki z polędwicy wołowej



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

steiki z polędwicy wołowej	4 szt
oliwa	4 łyżki
czosnek	4-5 ząbków
Rozmaryn suszony Prymat	1 łyżka
rozmaryn świeży	4 gałązki
Sól morską jodowaną gruboziarnistą Prymat	
Pieprz kolorowy ziarnisty Prymat	1 łyżeczka
Stek z grilla Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Drobno posiekane ząbki czosnku, pieprz i suszony rozmaryn utrzeć. Dodać oliwę i dokładnie wymieszać. Steki opłukać, osuszyć i natrzeć marynatą, na każdym położyć gałązkę świeżego rozmarynu. Mięso wstawić do lodówki na kilka godzin.

Zamarynowane mięso wyjąć z lodówki i posypać przyprawą do steku (mięso przed grillowaniem musi mieć temperaturę pokojową). Grillować z obu stron po 6-8 minut z każdej strony. Gotowe mięso posolić i odstawić na 10 minut owinięte w folię. Przed podaniem posypać jeszcze kolorowym pieprzem.