Doradca Smaku IX: Antrykot wołowy z kurkami, odc. 35

DORADCA SMAKU

CZAS PRZYGOTOWANIA
1H

ILOŚĆ PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

antrykot wołowy z kością (tomahawk)	1 porcja
oliwa	260 mililitrów
sos sojowy	200 mililitrów
Musztarda sarepska Prymat	3 łyżeczki
miód spadziowy	50 mililitrów
masło	30 gramów
czosnek	2 ząbki
por	1 sztuka
pomidorki koktajlowe	7 sztuk
kurki świeże	30 gramów
mix sałat	1 opakowanie
żółta papryczka chili	1 sztuka
papryczka chilli	1 sztuka
tymianek świeży	kilka gałązek

Do smaku:

Rozmaryn suszony Prymat

Pieprz czarny grubo mielony Prymat

Sól morska jodowana Prymat w młynku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do miski wlewamy 200 ml oliwy, sos sojowy, dodajemy musztardę sarepską oraz miód. Doprawiamy grubo mielonym czarnym pieprzem. Marynatę mieszamy i zanurzamy w niej antrykot wołowy na minimum 15 minut.
Patelnię ryflowaną rozgrzewamy i smażymy z dwóch stron antrykot wołowy z kością (do zrumienienia).
Blachę do piekarnika wykładamy papierem do pieczenia. Obsmażony antrykot przekładamy na blachę i polewamy 2 łyżkami marynaty. Masło kroimy na 2 plastry i kładziemy na antrykot. Na wierzch kładziemy świeży tymianek. Przekładamy do piekarnika rozgrzanego do 180°C i pieczemy przez 30 minut.
Czosnek kroimy w plastry, białą część pora kroimy wzdłuż na pół i w piórka, obie papryczki chili siekamy, pomidorki koktajlowe kroimy na pół.
Patelnię rozgrzewamy, wlewamy 50 ml oliwy, dodajemy czosnek, por, papryczki chili i kurki. Doprawiamy rozmarynem i solą morską, dodajemy pomidory koktajlowe. Całość mieszamy.
Do miski wsypujemy mix sałat, dodajemy podsmażone składniki z patelni. Wlewamy 10 ml oliwy, doprawiamy solą morską, mieszamy.
Wyciągamy antrykot wołowy z piekarnika. Przekładamy na deskę na 3-4 minuty, żeby mięso „odpoczęło”. Następnie kroimy w plastry i osączamy z nadmiaru tłuszczu na ręczniku papierowym. Antrykot wołowy podajemy na drewnianej desce. Do małej miski nakładamy sałatkę z kurkami i stawiamy na desce. Mięso doprawiamy solą morską.