

# T-bone steak se selskými bramborami



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 25min  
Celkový čas: 45min , Porce: 1

**357** kalorií , **0 g** cukrů , **32 g** tuků , **15 g** bílkovin

**Autor:** Michal Drozdek

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/t-bone-steak-se-selskymi-bramborami>

## Příprava

Uvaříme brambory. Na pánvi osmahneme cibuli společně se slaninou a trochou olivového oleje. Přidáme uvařené brambory. Rozehřejeme troubu na 170°C. T-bone steak osušíme, osolíme a opeříme. Rozpálíme pánev, přidáme olivový olej. Osmahneme steak 3 minuty na každé straně. Z bramborové směsi vytvarujeme kolečka a přidáme na pánev ke steaku. Přiklopíme pokličkou a dáme na chvíli do trouby.

### Tip k receptu

Kvalitní víno např. z e-shopu [www.sommelier-club.cz](http://www.sommelier-club.cz)

## Ingredience

- 3 brambory
- 1 cibule
- 100 g domácí uzené slaniny
- 1 lžíce olivového oleje
- 1 lžička soli
- 1 lžička pepře
- 700 g T-bone steak

## Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Labužník, Hlavní chod

