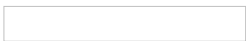


Dokonalé steaky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 1h 0min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 4

13 kalorií , **0 g** cukrů , **1 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/dokonale-steaky>

Příprava

V tomto receptu nejde ani tak o množství ingrediencí, jako o pečlivý postup. Všechny plátky svíčkové lehce naklepeme. Ručně do každého zvlášť z obou stran vetřeme koření. Poté to samé provedeme z hořčicí - jemně, nesmíme maso příliš pomačkat. Steaky asi na půl hodinky odložíme (ne do lednice). Rozpálíme gril nebo litinovou pánev. Steaky je nutné opéct opravdu velmi zprudka. Pokud chcete steak krvavý, stačí vám 3 minuty po každé straně. Důkladně propečený steak bude chtít 2 x 8 minut.

Ingredience

- 4 plátky hovězí svíčkové
- 2 lžičky Dijonské hořčice
- 2 lžičky koření Texas steak

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod