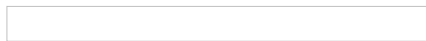


Křehký steak v olivovém oleji



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 1dní 0h 0min , Čas vaření: 15min

Celkový čas: 1dní 0h 15min , Porce: 2

117 kalorií , 0 g cukrů , 8 g tuků , 9 g bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/krehky-steak-v-olivovem-oleji>

Příprava

Steaky mírně naklepeme, naložíme do olivového oleje a necháme marinovat min. 24 hodin. Maso se tak krásně zjemní. Poté rozpálíme gril nebo litinovou pánev a maso na ní zprudka opečeme z obou stran. Když je maso hotové, posypeme vrchní stranu parmezánem a necháme na zdroji tepla, dokud se sýr nezačne rozpouštět. Můžeme přisolit.

Ingredience

- 2 hovězí svíčkové steaky
- 250 ml olivového oleje
- 30 g parmazánu/parmezánu

Kategorie

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