Stek wołowy na kolorowym pieprzu

Trudność:

Czas przygotowania: 5min , Czas gotowania: 20min
Całkowity czas: 25min , Porcja: **4**

220 Kalorii , **0 g** Cukrów , **24 g** Tłuszczy , **0 g** Białek

Autor: Redaktor naczelny

Link: https://srecepty.pl/stek-woowy-na-kolorowym-pieprzu

Składniki

- 4 steków wołowych
- 30 g masła
- świeżo zmielony pieprz
- 250 g śmietany
- sól

Kategorie

Mięso

Przygotowanie

Steki wołowe umyj i osusz ręcznikiem papierowym. Do rozklepania mięsa użyj stawów rąk, które nie naruszają jego strukturę. Posyp zgniecionym pieprzem, ale nie sól! Na patelni rozgrzej masło i smaż steki po obuch stronach. Jeżeli lubisz krwiste steki (tzn. rare) starczy smażyć tylko 2min z każdej strony. Jeśli wolisz stek średnio dopieczony (tzn. medium) to zmniejsz ogień po pierwszej minucie i nadal smaż na średnim ogniu przez 2 minuty z każdej strony. Dobrze wypieczony stek (tzn. well done) się smaży 5 minut z każdej strony stopniowo zmniejszając płomień. Steki nie należy przebijać podczas opiekania widelcem, bo rozleje się sok i mięso będzie zbyt suche. Najlepiej się do tego nadają szczypce kuchenne. Po ugotowaniu trzymaj mięso na ciepłym miejscu a do tłuszczu, który został na patelni dodaj smietane i dopraw solą. Możesz też dodać trochę pieprzu. Chwile sos gotuj. Gdy zgęstnieje, polej nim steki.

Porady dotyczące przepisu

Steki są zwykle podawane z pieczonymi ziemniakami lub frytkami, ale mogą być podawane także z warzywami, sałatką, chlebem lub innym białym pieczywem.