

---

# Stek wołowy 3

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 43140 razy.

Steki i patelnia to odpowiedź na twoje problemy. Nie można zrobić dobrego steka na patelni. Tylko i wyłącznie na grillu. Najpierw musisz mieć bardzo dobre mięso wołowe, nie za chude, nie za tłuste, poprzerastane żyłkami tłuszczu. Powinno mieć 2-3 cm grubości. Można sprawdzać, czy jest dostatecznie usmazono termometrem do mięsa lub przez naciecie w najgrubszym miejscu bardzo ostrym nożem. Są trzy temperatury przygotowania mięsa: prawie surowe (Brzegi usmazono, środek surowy, ciepły), temperatura w środku mięsa 54C, średnio usmazono (rozowe w środku) 71C, i przesmazono 82C. Gdy tylko mięso dojdzie do pożądanego temperatury, należy je przelozyc na zimny polmisek, bo inaczej będzie się swoją własną temperaturą ciągle jeszcze gotowało. Purysci rzucają mięso na grill bez przypraw. Jeżeli mięso nie jest najmłodsze, należy je marynować przez kilka godzin, następnie rozgrzać grill i na bardzo mocnym ogniu smażyć na każdej stronie przez około 5 minut, raz tylko przewracając. Podawać natychmiast. Można też robić grubsze steki, które się kroią w cienkie, skośne plastry i podaje na polmisku.

Dobra marynata to 2 łyżki octu, 2 łyżki sosu sojowego, 2 łyżki worcestershire sos, 1/2 łyżeczki pieprzu, 1/2 łyżeczki tymianku, majeranku, gorczyca, musztardy, 1/2 szklanki wody, wszystko wymieszać, i zalać mięso (moje marynaty to w zasadzie po trochu wszystkiego z lodówki :). Często przekładać na drugą stronę i polewać. Można też zrobić dziurki widelcem, żeby bardziej "przeszło"

Podsypywanie ognia na grillu pod stekiem jałowcem albo innymi aromatycznymi wiórkami drzewnymi nadaje mięsu niezapomniany smak.

From: magdalenab@aol.com (MagdalenaB)

Przepraszam, ale to oczywiście nie jest tak. Steki robi się na setki sposobów, z różnego rodzaju mięsa, na patelni, w grillu, w piekarniku i na ognisku.

No, chyba jest jednak ze dwa razy grubszy?

Stek przede wszystkim oznacza określony kawałek mięsa, najczęściej wołowego, (bywa z różnych części zwierzęcia) uciętego w postaci grubego plastra w poprzek włókien. Amerykańskie steki kroi się z koscia, francuskie bez. W zasadzie sukces steku polega przede wszystkim na dobraniu odpowiedniego kawałka mięsa.

Kolejną ważną sprawą to praktyka w przyrządzaniu.

Uwaga -- mięso do smażenia nie może być świeżo wyjęte z lodówki i zimne! Jeżeli stek smażymy na patelni na samym masle, to należy się kierować starą zasadą francuskich mistrzów -- stek wrzucamy na patelnię, gdy masło dymi! (Jest to metoda krytykowana we współczesnych książkach jako niezdrowa, ale wiercie mi, dla takiego smaku warto oddać trochę zdrowia!)

From: WLOS@PLEARN.EDU.PL (Władysław Los)

---

steka pod żadnym pozorem nie można nacinać ani dziurawić jak tu pani radzi.

Nadesłał(a):blasz <bcybowski@wp.pl> 2008-04-28 15:04:50

Kto to powiedział, że na patelni nie można zrobić steaku wołowego...rzecz jasna można i to jaki, dziurawienie widelcem, żeby "przeszło" a czyja to szkoła??

Nadesłał(a): 2008-05-04 17:05:11

a ten pomysł z wiórkami drzewnymi to radość dla onkologa. I bez wiórków i żywic przypalanych w nich mają dość pracy onkolodzy.

Steki przyprawiamy po zdjęciu ich z grilla

Nadesłał(a):Maciek 2008-08-08 23:08:14

Steki z grilla czy z patelni jak są dobrze przyrządzone zawsze są smaczne. Do tego jednak musi być odpowiednie mięso - gdzie go

---

kupić ,  
Nadesłał(a):

Jeżeli mówimy o mięsie, to błędnym jest pisanie : "gdzie go kupić ".  
Właściwa forma to "gdzie je kupić "

Nadesłał(a): 2012-04-30 23:04:31

Jak to `gdzie je kupić `? W SKLEPIE..... Zależy tylko, co na steki kupisz, a rezultat będzie jasny. Dziś kupiłam 2 porządne steki z polędwicy wołowej w `Piotrze i Pawle` i zapłaciłam 27.80. Jeżeli chcesz coś tańszego-Twój wybór.

Nadesłał(a): Agnieszka <consultal@go2.pl> 2012-12-05 17:12:29