

---

# Steki - porady

Dodano: 2000-08-20 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 5102 razy.

Najwazniejsze jest mieso. Musi byc delikatnie poprzerastane zylkami tluszczu.

To mieso, marynowane lub nie, musi byc rzucone na bardzo goracy grill, zeby jak najszybciej powierzchnia miesa byla zesmazona na brazowo. W ten sposob przy dalszym smazeniu soki z mieso zostaja w miesie, a nie wykapuja.

Gdy soki wykapuja, stek zamienia sie w podeszwe. Tak samo na patelni, ale ja nie robie stekow na patelni, bo mam grill.

Jesli chodzi o marynowanie, to trzeba pamietac, ze mieso marynowane kruszeje do pewnego momentu, a potem zaczyna znowu w tej marynacie twardniec. Ten moment, gdy mieso trzeba wyjac z marynaty, dla bardzo delikatnej wolowiny jest okolo 20 minut. Dla starszego miesa okolo godziny, ale nie dluzej. Niektorzy marynuja mieso 4-6 godzin, ale moim zdaniem traci sie wtedy calkowicie smak samego miesa i zostaje tylko smak marynaty.

Stek nalezy przewrocic tylko raz, wiec trzeba mu sie dac dosc mocno przysmazyc na pierwszej stronie. Jezeli lubisz mieso dosc surowe, musisz nacinac w najgrubszym miejscu 2-3 minuty po przewroceniu, aby sprawdzic, czy juz.

IMHO : Oczywiscie jest kilkanascie rodzajow stekow i kazdy z nich inaczej sie przygotowuje. Jezeli masz pytanie na temat specjalnego kawalka, to nadaj.

Ja robie trzy rodzaje stekow najczesciej:

filet mignon, czyli poledwica (te lubie obtaczana w kruszonym pieprzu - to wszystko, czego potrzebuje, zadnej marynaty)

flank steak - taki plaski, z zeber, ten robie w chinskiej marynacie

prime rib - stek z zebrem, najlepszy w lekkiej marynacie, na drzewnym weglu, z wiorkami jalowca

Magdalena

From: magdalenab@aol.com (MagdalenaB)

jak robisz steki z poledwicy wolowej to doprawiaj ja dopiero na sam koniec smazenia. jak posolisz wczesniej to mieso bedzie gumowate

smacznego

sad

From: "zybisad" <zybisad@friko6.onet.pl>

ja smaze na bardzo goracym tluszczu zaleznie od grubosci 1-3 min z kazdej strony.

na to tylko pieprz. nie sole nawet, no, czasem, ale juz na talerzu.

zawsze wychodza soczyste i miekkie.

From: Tomasz Stadejek <stadejek@piwet.pulawy.pl>

Generalnie im prosciej tym lepiej: im lepsze miecho tym grubszy stek; dobra poledwica rzucona na ruszt bez zadnych krokow wstepnych poza pokrojeniem i tez bedzie dobra; inne mieso, ale rowniez i poledwice warto przygotowac:

---

ja uzywam zaprawy z duzej ilosci ziol, czerwonego wina albo bardzo ostrej wodki ziolowej (doskonaly jest lotewski balsam ryski (nawet jesli sie zle kojarzy)); mozna natrzec czosnkiem; jak troche przegnije w tej wodce (jakies 2 godziny) to na goracy ruszt;

tu znowu: im lepsze mieso tym surowsze jesc; ja jadam prawie zywe; na goracym ruszcie tworzy sie przyjemna skorka a srodek zostaje surowy;

mozna poeksperymentowac z sosami, ale dobrego miesa szkoda przykrywac wyrazistym sosem; moj ulubiony roquefort jest za ostry i maczam w nim na pol ugotowane warzywka a mieso jem naturel;

brytyjska regula ze do steka i pieczeni dajemy gotowane warzywka jest gleboko sluszna; salaty mozna jesc na wstepie albo na deser; warzywka jadalne na surowo (marchewka, broccoli, kalafior) maja byc pol surowe;

mieso jesli wyszlo nie za dobre wlewac to: do pieczonych ziemniakow

wino: baaaardzo ciezkie np. rioja

zachowania zbrodnicze wlasciwe barbarzyncom ze szlaku bursztynowego:

- uzywanie tluczka zamiast piesci

- smazenie na patelni w jakis makach a czasem nawet jajkach (jak ktos nie ma rusztu, to smazyc na suchej patelni, ale to niestety polsrodek i rezultaty sa takie sobie) jadanie wypieczonego steka (well done)

- jedzenie do tego kwaszenin (kiszona kapusta, ogorki etc. (nie, zebym gardzil, ale nie do poledwicy i wina!!))

zachowania zbrodnicze wlasciwe prostakom z nowego swiata:

- polewanie doskonalego miesa obrzygliwym sosem z butelki kupionej w jakims supermarkecie (ketchup!!!)

- popijanie coca-cola

- ci tez kurna potrafia podac do tego jakies pickles

From: Stanislaw Semczuk <stanislaw\_semczuk@adso.com.pl>