

Jautienos steikas "BLACK ANGUS" balzamiko ir sojos vonioje



Gaminimas

1. Marinatui reikia sumaišyti balzamiko actą, alyvuogių aliejų, sojos padažą, sezamo aliejų ir smulkintas česnako skilteles.
2. Jei steike randate riebalą jį išpjaukite.
3. Steiką įdėkite į permatomą maišelį ir supilkite marinatą. Užspaudus maišelį jį pakratome, kad marinatas pilnai apgaubtų visą steiką. Užsukus maišelio galą, pašaukime į šaldytuvą ir laikome 8-24 val.
4. Kai steikas išsimarinavęs, įkaitiname grilių.
5. Grilių apipurkšti purškiamu aliejumi. Steiko vieną pusę kepti 5 minutes ir kitą 5 minutes.
6. Norint, kad steikas būtų vidutiniškai iškepęs, reikia dar kartą abi puses apkepti po 5 minutes. Jei norisi lengvai iškepto, bet su krauju, kepti abi puses tik po 2 minutes.
7. 5-10 minučių prieš supjaustant steiką, pasiruošti lėkštės turinio pateikimą, patariame pateikti su ryžiais ir daržovėmis.

Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

1 pakuotė (230 g)	KITCHEN me Jautienos steikas BLACK ANGUS
1/4 puodelio	Balzamiko actas
1/4 puodelio	Alyvuogių aliejus
1/8 puodelio	Sojos padažas
1 a.š.	Sezamų aliejus
3 vnt. (skiltelės)	Česnakas