МИРАТОРГ
BLACK ANGUS

Дмитрий ЛАЗЬКО
бренд-шеф «МИРАТОРГ»

Антон ДМИТРИЕВ
Известный фуд-блогер,
победитель проекта
«Адская кухня-3»

30 РЕЦЕПТОВ СТЕЙКОВ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ДЛЯ ИНТЕЛЛИГЕНТА И СПОРТСМЕНА

PHILLY STEAK
ФИЛАДЕЛЬФИЙСКИЙ СЫРНЫЙ СТЕЙК

(используется стейк Стриплойн)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 сладкий перец, порезать полосками
- 200 грамм шампиньонов, порезать толстыми пластинками
- 2 средние луковицы, порезать полукружочками
- 7 ст.л. растительного масла
- 2 небольших тонких говяжьих стейка (или 1 больше)
- 100 грамм полутвердого сыра моцарелла, натереть на терке с крупными дырочками
- 100 грамм сыра чеддер, натереть на терке с крупными дырочками
- 4 булочки для хотдогов
- 2 ст.л. кружочков маринованного острого перца
- Соль и черный, свежемолотый перец по вкусу

Для соуса:

- 100 грамм майонеза
- 100 грамм барбекю

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейк обжарить по 2 мин с каждой стороны, нарезать на тонкие полоски и обжарить с овощами.

— Булочки для хотдогов разрезать вдоль пополам, обжарить и смазать соусом.

— На стейк с овощами выложить сыр и дождаться пока он расплавится.

— Переложить начинку в булочку с соусом.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТИР ФРАЙ

(используется стейк Фланк)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Стейк (фланк) 2 шт.
- Мука 3 ст.л.
- Оливковое масло 2 с.л.
- Соевый соус 3 ст.л.
- Бульон говяжий 0,5 ст.
- Рисовый уксус 3 ст.л.
- Крахмал 1 ст.л.
- Кунжутное масло 1 ст.л.
- Брокколи свежая 400 гр.
- Чеснок 4 зубчика
- Морковь 2 шт.
- Рис отварной 500 гр.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Нарезанный стейк обвалять в муке и оливковом масле.

— Смешать крахмал, соевый, бульон, рисовый уксус и кунжутное масло (соус).

— Обжарит до корочки мясо, добавить рубленый чеснок, брокколи, морковь соломкой (обжаривать 5 минут).

— Залить соусом и готовить до загустения.

— Подавать с отварным рисом.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

БЕФСТРОГАНОВ

(используется стейк Бавет)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 450 г широкой пасты
- 4 ст. л. сливочного масла
- 2 стейка, мелкая морская соль и свежемолотый черный перец
- 1 небольшая белая луковица, нарезанная тонкими ломтиками
- 450 грамм нарезанных грибов
- 4 зубчика чеснока, измельченного
- 1/2 стакана белого сухого вина*
- 1.5 стакана говяжьего бульона
- 1 столовая ложка вустерширского соуса
- 3 столовые ложки универсальной муки
- 1/2 стакана простого греческого йогурта или легкой сметаны
- Нарезанная свежая петрушка (по желанию)

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейк нарезать соломкой и обжарить.

— Добавить лук и обжарить.

— Добавить тонко нарезанные грибы и обжарить.

— Добавить муку, перемешать и влить бульон, вино и соус.

— В конце замешать сметану.

— Подавать с отваренной пастой и рубленой петрушкой.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

MIX САЛАТ С ДИАФРАГМОЙ

(используется стейк Мачете)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Смесь салатных листьев 55 г
- Говяжий стейк 120 г
- Красные помидоры черри 50 г
- Сыр пармезан 10 г
- Морская соль 3 г
- Молотый черный перец 2 г
- Цукини 30 г
- Соус кимчи 9 г
- Оливковое масло 9 мл
- Соевый соус

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Говяжью диафрагму жарим на гриле до медиума.

— Цукини жарим на гриле и нарезаем соломкой.

— Готовим соус: в равных пропорциях смешиваем соевый соус, оливковое масло extra и соус кимчи бейс.

— Микс салат и помидоры заправляем соусом, сверху выкладываем слайсы диафрагмы и посыпаем тертым пармезаном.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ГОВЯДИНА С ТОМАТАМИ, БАЗИЛИКОВЫМ МАСЛОМ И СЕЛЬДЕРЕЕМ

(используется стейк Стриплойн)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Говяжий стейк 200 г
- Помидоры 300 г
- Красный лук ½ головки
- Зеленый базилик 20 г
- Зеленый лук 5 г
- Апельсины 1 штука
- Листья сельдерея 20 г
- Оливковое масло 50 мл
- Соль по вкусу
- Растительное масло 10 мл
- Молотый черный перец по вкусу
- Сахар по вкусу

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Сделать на помидорах крестообразные надрезы, ошпарить их кипятком и снять кожицу. Разрезать на четвертинки, удалить внутренности — семечки и жижу. Четвертинки нарезать тонкой лапшой.

— Мелко нарубить базилик и смешать его с оливковым маслом, апельсиновым соком, солью и перцем. Залить этим соусом помидоры, перемешать и отправить на десять минут в холодильник — настаиваться.

— Разогреть сковородку с растительным маслом и обжарить на нем говяжий стейк, предварительно слегка посоленный и поперченный (лучше использовать черный перец крупного помола — он не так быстро горит). Кусок мяса толщиной примерно в два сантиметра нужно обжаривать три минуты с одной стороны и две с другой, после чего отправить этот кусок на три минуты в духовку, разогретую до 180 градусов, чтобы мясо дошло до готовности.

— Готовое мясо нарезать тонкими ломтиками. Достать из холодильника помидоры, выложить сверху мясо, посыпать мелко нарубленным зеленым луком и листьями сельдерея.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ФИЛЕ МИНЬОН СО СПАРЖЕЙ И СОУСОМ БЕРНЕС

(используется стейк Филе-миньон)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Яйцо куриное 1 шт
- Вино белое сухое 3 ст.л.
- Эстрагон 1 г
- Лук 1 шт
- Масло сливочное 60 г
- Соль по вкусу
- Перец черный молотый по вкусу
- Филе-миньон 1 шт.
- Спаржа свежая 150 гр.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Приготовьте филе в соответствии со своими пожеланиями. Для того, чтобы приготовить мясо средней прожарки, его следует жарить в течение 2-3 минут с каждой стороны. Затем доведите филе до готовности в духовке, разогретой до 190 °C. Это займет около 10 минут.

— Приготовьте соус беарнез. Мелко нарежьте лук, его можно даже измельчить в блендере. В ковшике соедините лук, вино, эстрагон и уксус.

— Варите в течение 10 минут, затем дайте соусу немного остыть. Добавьте желтки и постоянно помешивайте венчиком до загустения. Снимите с огня, добавьте масло и хорошо перемешайте.

— Подавайте мясо, полив соусом, с отварной спаржей.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

БРУСКЕТТА СО СТРАЧАТЕЛЛОЙ И СТЕЙКОМ

(используется стейк Минутка)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Чиабатта 1 шт.
- Страчателла 300 гр.
- Стейк минутка 300 гр.
- Сливочное масло 50 гр.
- Чеснок 3 зубчика
- Перец чёрный
- Оливковое масло
- Базилик свежий

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Чиабатту обжарить на сливочном масле и натереть чесноком.

— Стейк обжарить на раскалённой сковороде.

— Выложить на чиабатту страчателлу и стейк и украсить базиликом.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК С МИНИ-КАРТОФЕЛЕМ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

(используется стейк Денвер)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Картофель бейби 300 гр.
- Сливочное масло 70 гр.
- Розмарин 1 веточка
- Стейк 2 шт.
- Соль крупная
- Оливковое масло

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейк пожарить как указано на упаковке.

— Картофель порезать пополам и смешать с солью, перцем, рубленым розмарином и мягким сливочным маслом.

— Запечь картофель в духовке до мягкости 20 минут при 200 °С.

— Подавать стейк с картофелем и дымящейся веточкой розмарина.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК КЕБАБ

(используется стейк Нью Йорк или Стриплойн)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Стейк 2 шт.
- Бальзамик 0,5 ст.
- Мед 2 ст.л.
- Горчица 1 ст.л.
- 3 зубчика чеснока
- Соль, перец
- Мини-картофель 300 гр.
- Помидоры Черри 300 гр.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейк нарезать крупным кубиком и замаринновать (бальзамик, мед, грцица, рубленый чеснок, соль, перец).

— Мини картофель отварить до готовности в солёной воде.

— Сделать шашлычки чередуя ингредиенты и обжарить по 2 минуты с каждой стороны.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СКЁРТ С ЧИМИЧУРИ

(используется стейк Мачете)

ИНГРЕДИЕНТЫ

Для соуса Чимичурри:

- 1 стакан свежей петрушки
- 1 чашка свежей кинзы
- 1/4–1/3 стакана оливкового масла
- 1/2 среднего лука, нарезанного кубиками
- 3 зубчика чеснока
- 3 столовые ложки свежего сока лайма
- 2 столовые ложки красного винного уксуса
- 1/2 чайной ложки соли
- 1/2 чайной ложки перца

По желанию: хлопья красного перца 1/4 чайной ложки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейк мачете замариновать на час с соевым соусом, соком апельсина и острым соусом

— Смазать стейк оливковым маслом и пожарить до медиума (6-7 минут).

— Все ингредиенты для соуса измельчить в блендере и выложить на стейк.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

АЗИАТСКИЙ СТЕЙК С БРОККОЛИ

(используется стейк Фланк)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Стейк фланк 1 шт.
- Брокколи с.м. 400 гр.
- Имбирь 30 гр.
- Соевый соус 30 гр.
- Рыбный соус 1 ст.л.
- Чеснок 2 зубчика
- Кунжутное масло
- Кунжут для украшения

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейк нарезать тонкой соломкой поперёк волокон и хорошо обжарить в масле.

— Слить большую часть масла, добавить рубленый чеснок и имбирь.

— Залить соусы и добавить брокколи.

— Перемешать и прогреть под крышкой.

— Подавать с кунжутом и кунжутным маслом после того как выпарится влага.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ТАРТАР ИЗ ГОВЯДИНЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Говядина тартар 1 уп.
- Лук шалот, репчатый или красный – 1/4 шт.
- Каперсы или оливки – 1 ст. л.
- Побеги зеленого лука, зеленый базилик или шпинат – 10 г
- Помидор вяленый – 1 шт.
- Горчица дижонская – 1 ч. л.
- Лимонный сок – 2 ч. л.
- Перепелиные яйца (желтки) – 2 шт.
- Соль – 2-3 щеп.
- Свежемолотый черный перец – по вкусу
- Соус табаско – 1 капля

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Смешать мясо со всеми ингредиентами и перемешать

— Выложить через кулинарное кольцо и подавать с поджаренным багетом.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК С ОВОЩАМИ ГРИЛЬ И АРОМАТНЫМ МАСЛОМ

(используется стейк Рибай)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Рибай 2 шт.
- Цукини 1 шт.
- Болгарский перец 1 шт.
- Красный лук 1 шт.
- Баклажан 1 шт.
- Розмарин 1 веточка
- Сливочное масло 60 гр.
- Чеснок 1 шт.
- Соль и дробленый перец
- Крем бальзамик

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Тёплое сливочное масло смешать с мягким запеченым чесноком, солью и рубленым розмарином и охладить.

— Овощи нарезать и обжарить на гриле с оливковым маслом а потом посолить.

— Рибай пожарить с солью и дробленым перцем.

— Выложить ароматное масло на стейк и расплавить горелкой.

— Подавать стейк с овощами и крем бальзамиком.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

КУСОЧКИ СТЕЙКА С ЧЕСНОЧНЫМ МАСЛОМ

(используется стейк Денвер)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Стейк 2 шт.
- Чеснок 4 зубчика
- Сливочное масло 50 гр.
- Петрушка рубленая 2 ст.л.
- Соль, дробленый перец

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейки нарезать крупным кубиком (2 см) и обжарить на раскалённой сковороде до корочки.

— Добавить сливочное масло, рубленый чеснок и готовить ещё 1 минуту.

— При подаче добавить петрушку и воткнуть зубочистки или флажки.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК В КОФЕЙНОЙ КОРОЧКЕ

(используется стейк Рибай или Стриплойн)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 2 стейка (стриплойн или рибай) весом по 250–300 г
- Кофе арабика очень мелкого помола
- Свежемолотый черный перец – по вкусу
- Соль – по вкусу
- Растительное масло без запаха
- Зеленый салат (корн) и помидоры для подачи

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейки обсушить, добавить соль, перец и обмазать оливковым маслом.

— Присыпать кофе с двух сторон и немного прижать его к стейку.

— Жарить до медиума по 2 минуты с каждой стороны.

— Подавать со свежим салатом и овощами.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК В ПЕРЕЧНОМ СОУСЕ

(используется стейк Рибай)

ИНГРЕДИЕНТЫ

Для соуса:

- 30 г виски
- 30 г соевого соуса
- 10 г коричневого сахара
- 1 ч. л. итальянских трав
- 1/2 ст. сливок
- 2 ст.л. дробленого перца
- Чеснок 2 зубчика
- Соль по вкусу

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Стейк пожарить до medium rare и отложить

— На оливковом масле обжарить чеснок и дробленый перец. Добавить сахар и карамелизовать.

— Залить виски и поджечь. Залить соевый, сливки, итальянские травы и прогреть до загустения вместе со стейком.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ФАХИТОС СО СТЕЙКОМ, ЧИМИЧУРИ И ПЕРЦАМИ

(используется стейк Раунд)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 пучок свежей петрушки
- 1 пучок свежей кинзы
- 1–2 зубчика чеснока
- 1 большая красная луковица, нарезанная полукольцами
- 2 ст. л. красного винного уксуса
- 3 ст. л. лимонного сока
- 0,5 ст. + 1 ст. л. оливкового масла
- 450 гр. шейно-лопаточной части говядины или топ-раунд стейк
- 3 перца поблано, очищенных от семян и нарезанных полосками
- 1/4 ст. лагера
- 8 пшеничных тортилий диаметром 20 см.
- Дольки лайма, для подачи (по желанию)

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Смешайте в кухонном комбайне петрушку и кинзу (листья и стебли), чеснок, половину нарезанного лука, 1 ст. л. соли, 1 ч. л. чёрного перца, уксус, 2 ст. л. лимонного сока и 0,5 ст. оливкового масла; измельчите до получения густого и однородного соуса чимичурри. Поколите вилкой несколько раз обе стороны стейка; положите его в герметичный полиэтиленовый пакет с зиплоком и добавьте половину всего соуса. Запечатайте пакет и помните, чтобы покрыть стейк соусом. Положите в холодильник минимум на 1 час. Накройте оставшийся соус и отложите.

— Разогрейте гриль до умеренного жара. Достаньте стейк из пакета (соус не нужен), посолите и поперчите и жарьте на гриле до слабой прожарки, примерно по 6 минут с каждой стороны. Оставьте мясо отдохнуть, свободно накрыв его фольгой, примерно на 10 минут.

— Тем временем в большой сковороде на умеренно сильном огне нагрейте оставшуюся 1 ст. л. оливкового масла. Добавьте перец поблано и оставшуюся половину нарезанного лука, посолите и поперчите. Обжаривайте, пока овощи не начнут размягчаться и не поджарятся по краям, около 8 минут. Влейте пиво, накройте крышкой и тушите, пока перец не станет мягким, около 5 минут.

— 4. Подогрейте тортильи на гриле. Тонко нарежьте стейк наискосок, разложите по лепёшкам вместе с перцем и луком. Разбавьте отложенный соус чимичурри оставшейся 1 ст. л. лимонного сока; сбрызните соусом фахитас. По желанию подавайте с дольками лайма.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

БОЛЬШОЙ САЛАТ СО СТЕЙКОМ И ХРУСТЯЩИМ ЛУКОМ

(используется стейк Рибай)

ИНГРЕДИЕНТЫ

Заправка/маринад

- 3/4 ст. рапсового масла
- 3 ст. л. красного винного уксуса
- 1 ст. л. бальзамического уксуса
- 2 ст. л. сока лайма
- 2 ст. л. + 1 ч. л. соевого соуса
- 1 ст. л. вустерского соуса
- 0,5 ч. л. растительного масла с перцем чили
- 2 ст. л. сахара
- 1 ст. л. измельчённого свежего имбиря
- 3 зубчика чеснока, очищенных и измельчённых
- 1 ч. л. крупнозернистой соли
- Молотый чёрный перец
- 2 целых стейка рибай толщиной 2,5 см, лишний жир срежьте

Салат:

- Салатная смесь: романо, рукола, водяной кресс, радиккьо и т.п.
- 3/4 ст. раскрошенного голубого сыра
- 4 помидора Сливка, нарезанных

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Заправка/маринад. Смешайте в банке с крышкой масло, оба вида уксуса, сок лайма, соевый соус, вустерский соус, масло чили, сахар, имбирь, чеснок, соль и чёрный перец. Энергично взболтайте, чтобы соединить ингредиенты. Попробуйте на вкус и при необходимости подсолите.

— Положите стейк в полиэтиленовый пакет с зиплоком. Налейте половину маринада и запечатайте. Маринуйте мясо в течение 5–10 минут.

— Пожарьте стейки на гриле или на сковороде на умеренно сильном огне до слабой прожарки, примерно по 2 минуты с каждой стороны. Снимите с огня и отложите. Нарежьте стейк против волокон на тонкие ломтики.

— Салат. В большую миску положите салатную смесь, голубой сыр и помидоры. Добавьте немного оставшейся заправки и перемешайте, чтобы равномерно покрыть ею салат. При необходимости добавьте ещё заправки.

— Разложите салат по тарелкам так, чтобы в каждой порции было много голубого сыра и помидоров. Положите сверху по половине нарезанного стейка и украсьте каждую порцию хрустящим луком.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК С СОУСОМ ИЗ КРАСНОГО ВИНА И ШАЛОТА

(используется стейк Стриплойн)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 стейк Стриплойн весом 0,5 кг. (толщиной примерно 2,5 см.)
- 1 большой лук-шалот, измельчённый
- 3/4 ст. коробочного красного вина
- 2–3 ст. л. холодного сливочного масла, нарезанного кубиками

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Достаньте стейк из холодильника за 30 минут до приготовления. Нагрейте большую сковороду с толстым дном на умеренно сильном огне. Вытрите стейк насухо и обильно посолите и поперчите со всех сторон. Поставьте его вертикально на полоску жира в сковороду и держите щипцами, пока жир не станет плавиться, около 2 минут.

— Положите стейк и жарьте до румяной корочки с одной стороны, 4-5 минут. Затем переверните и жарьте на другой стороне, пока термометр, вставленный сбоку в самую толстую часть мяса, не покажет температуру 49°C для слабой прожарки, ещё 3-4 минуты. Переложите на разделочную доску и дайте мясу отдохнуть 10 минут. Оставьте вытопленный жир в сковороде.

— Добавьте в сковороду лук-шалот и жарьте на среднем огне до золотистого цвета, около 2 минут. Добавьте вино и соскоблите деревянной ложкой прилипшие кусочки со дна сковороды. Доведите до кипения и варите, пока жидкость не выпарится наполовину и не приобретёт консистенцию лёгкого сиропа, около 7 минут; снимите с огня. Вмешайте сливочное масло по одному кусочку за раз, чтобы получился глянцевый соус. Добавьте 0,5 ч. л. соли и 1/4 ч. л. чёрного перца. Нарежьте стейк против волокон и подавайте с соусом.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК И КАРТОФЕЛЬ С ГОЛУБЫМ СЫРОМ

(используется стейк Бавет)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 0,7 кг. мраморного стейка, без кости, толщиной примерно 4 см.
- 4 средних клубня картофеля Рассет Бербанк
- 1 ст. л. оливкового масла и дополнительно для смазывания
- 90 гр. мягкого голубого сыра (примерно 3/4 ст.)
- 3 ст. л. сметаны
- 3/4 ст. порубленной свежей петрушки, шнитт-лука и/или зелёного лука
- 1 лук шалот, нарезанный, или 2 ст. л. нарезанного кубиками красного лука
- 0,5 ст. рубинового портвейна или красного вина
- 1 ст. слабосолёного говяжьего бульона
- 3 ст. л. холодного сливочного масла

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Разогрейте духовку до 220°C.

— Поколите картофель вилкой и отварите в микроволновой печи, пока клубни не будут легко прокалываться, но оставаться немного твёрдыми в середине, около 12 минут. Смажьте клубни оливковым маслом и запеките в духовке прямо на решётке, пока картофель не станет мягким внутри и поджаристым снаружи, около 10 минут. Держите картофель в тепле.

— Стейк посолите и поперчите и натрите 1 ст. л. оливкового масла. Нагрейте чугунную сковороду на среднем огне. Посыпьте сковороду 0,5 ч. л. соли и слегка сбрызните оливковым маслом, затем положите стейк и утяжелите его другой тяжёлой сковородой; жарьте до румяной корочки 4 минуты. Переверните стейк, поставьте снова груз и поджарьте с другой стороны в течение 3 минут. Убавьте огонь до минимума, снимите верхнюю сковороду и жарьте 1–4 минуты для средней прожарки. Переложите на тарелку и дайте мясу отдохнуть.

— Верните сковороду на умеренно сильный огонь, добавьте лук-шалот и портвейн и готовьте до загустения, около 4 минут. Вмешайте бульон и соки, выделившиеся из стейка, и варите 5 минут, затем вмешайте сливочное масло.

— Смешайте в миске голубой сыр, сметану и зелень. Сделайте на клубне картофеля надрез, откройте его и выложите сверху смесь из голубого сыра. Нарежьте стейк и подавайте с картофелем и соусом.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК С ПЕРЦЕМ ЧИЛИ И СЛИВОЧНОЙ КУКУРУЗОЙ

(используется стейк Фланк)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 ст. л. порошка чили анчо
- 2 ч. л. сахара
- 0,7 кг. фланк-стейка
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 белая луковица, нарезанная кубиками
- 2 перце кубанелле или банановых перца (или 1 большой зелёный сладкий перец), очищенных от семян и нарезанных кубиками
- 2 ст. замороженной кукурузы
- 1 банка 140 гр. сгущённого молока без сахара (примерно 2/3 ст.)
- 3 пера тонкого лука, тонка нарезанных
- Дольки лайма, для подачи

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Разогрейте духовку в режиме гриля. Смешайте в небольшой миске порошок чили, сахар и по 1 ч. л. соли и чёрного перца. Смажьте всю поверхность стейка 1 ст. л. оливкового масла, затем натрите с обеих сторон смесью специй. Переложите на противень; дайте мясу подышать 10 минут.

— Тем временем в кастрюле среднего размера на умеренно сильном огне нагрейте оставшуюся 1 ст. л. оливкового масла. Добавьте лук и сладкий перец и жарьте, помешивая, пока лук не станет полупрозрачным, около 4 минут. Добавьте замороженную кукурузу и жарьте, помешивая, 2 минуты. Убавьте огонь до умеренного и добавьте сгущённое молоко без сахара. Варите, пока смесь не станет густой и кремовой, около 7 минут. Посолите и поперчите по вкусу.

— Обжарьте стейк в духовке в режиме гриля по 3–4 минуты с каждой стороны для средней прожарки. Переложите на разделочную доску и дайте мясу отдохнуть 5-10 минут, затем нарежьте против волокон. Подавайте стейк со сливочной кукурузой, посыпав зелёным луком и украсив дольками лайма.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК КОВБОЙ НА ГРИЛЕ С ТРАВАМИ И ПЕРЦАМИ

(используется стейк Ковбой)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1/2-ой говяжий стейк на кости (спинно-поясничный отруб с костью толщиной 5–7 см. и весом 1 кг.), срезать лишний жир
- 20 гр. сушеных белых грибов
- 2 зубчика чеснока, порубить
- 1 ст. л. бальзамического уксуса
- 1 ст. л. темного коричневого сахара
- 2 ст. л. вустерширского соуса
- 2 ст. л. рубленого свежего розмарина
- 1/4 ч. л. сушеного перца хлопьями
- Крупная соль
- 4 ст. л. (60 гр.) сливочного масла, комнатной температуры
- 2 пера зеленого лука, нарезать колечками
- 2 ст. л. рубленой свежей петрушки
- 2 ст. л. оливкового масла
- 250 гр. маленьких сладких перцев разного цвета
- Сок 1 лимона

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Положить стейк плоской стороной на разделочную доску. Плотно перевязать мясо кухонной нитью (включая кость), для того, чтобы стейк держал форму во время приготовления.
- Перемолоть грибы в мельнице для пряностей или блендере. Пересыпать измельченные грибы в миску и смешать с чесноком, бальзамическим уксусом, коричневым сахаром, 1 ст. л. вустерширского соуса, 1,5 ст. л. розмарина, перечными хлопьями и 2 ч. л. соли.
- Сделать в мясе 8 глубоких надрезов на расстоянии 2,5 см. друг от друга и заполнить каждый частью грибной смеси, затем натереть снаружи оставшейся смесью. Положить стейк на блюдо, накрыть полиэтиленовой пленкой и поставить в холодное место на 2-4 ч. Достать мясо из холодильника за 1 час до начала приготовления.
- Тем временем смешать в миске сливочное масло, зеленый лук, петрушку, оставшуюся 1 ст. л. вустерширского соуса, 1/2 ст. л. розмарина, и 1 ч. л. соли. Накрыть и поставить в холодное место.
- Разогреть гриль до умеренно высокой температуры. Подготовить гриль к косвенному нагреву: Для газового гриля выключить горелки на одной стороне и оставить на другой. Для угольного гриля сдвинуть угли в одну сторону.
- Смазать стейк оливковым маслом, затем поместить на холодную сторону гриля (не прямой нагрев). Накрыть крышкой и жарить, переворачивая, до тех пор, мясо не прогреется до 43–48°C, приблизительно в течение 20 - 30 мин.
- Переложить стейк на горячую сторону гриля (прямой нагрев) и продолжать жарить, до тех пор, пока температура не увеличиться до 55°C, еще по 3–5 мин. с каждой стороны. Стейк получится почти прожаренным и останется светло-розовым внутри. Переложить мясо на разделочную доску, обмазать небольшим количеством смеси из сливочного масла с травами и оставить на 15 мин.
- Тем временем положить перцы на гриль и жарить при прямом нагреве, поворачивая и смазывая лимонным соком и солью, до тех пор, пока не обуглятся, в течение 8–10 мин. Намазать стейк "Ковбой" оставшимся сливочным маслом с травами и подавать с печеными перцами.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

КЛАССИЧЕСКИЙ ТИБОН НА СКОВОРОДЕ

(используется стейк Тибон)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 0,7 кг. стейка тибоун на кости
- 1 ст. л. рапсового масла

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Разогрейте духовку до 230°C. За полчаса до приготовления достаньте стейк из холодильника.

— Нагрейте большую сковороду на сильном огне. Промокните насухо мясо и обильно посолите и поперчите его.

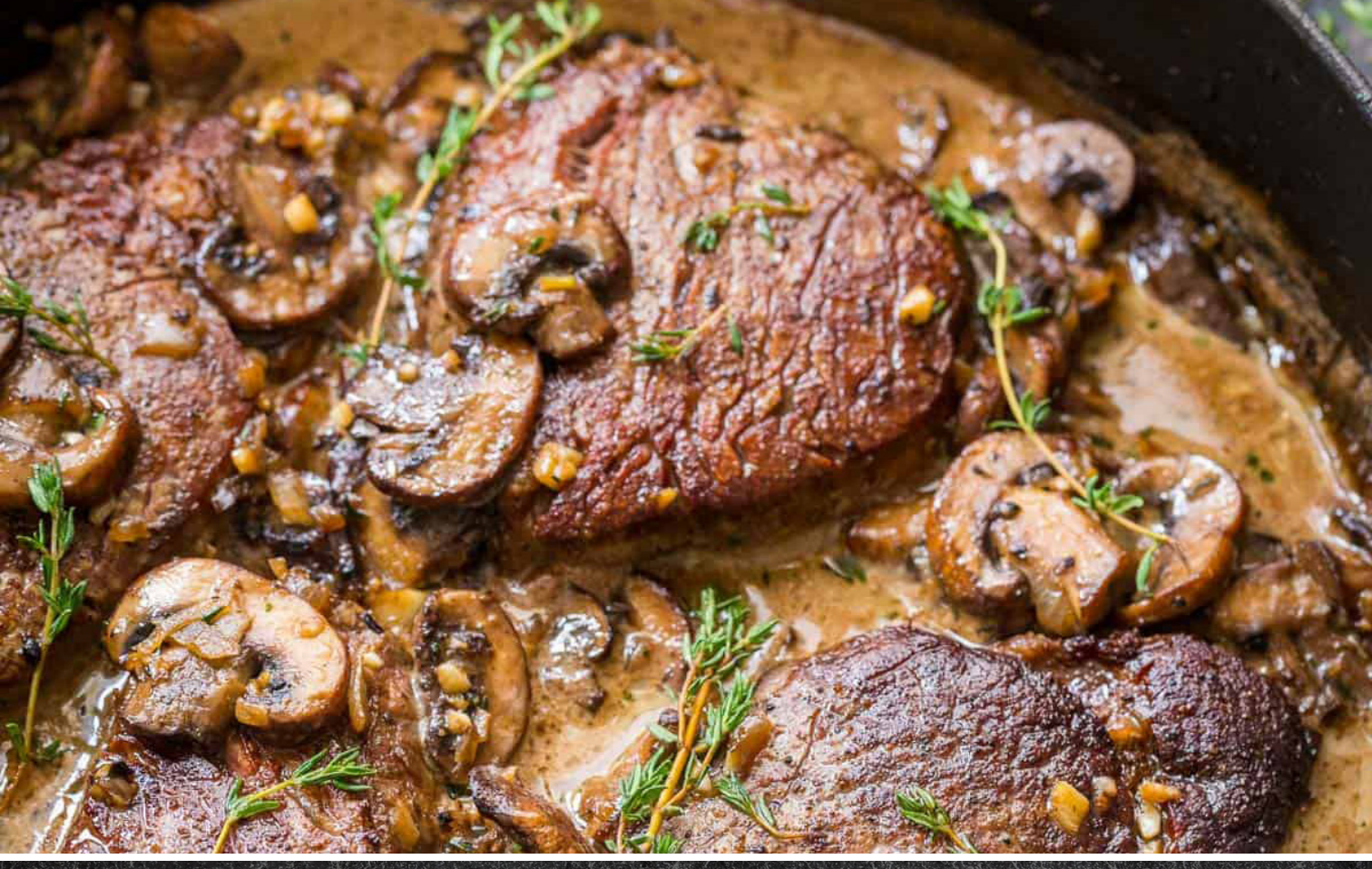
— Добавьте масло в разогретую сковороу, а когда оно начнёт дымиться, положите стейк.

— Слегка уменьшите огонь и жарьте стейк до румяной корочки примерно по 4 минуты с каждой стороны.

— Переставьте сковороду в духовку. Запекайте, пока термометр для мяса, вставленный сбоку в стейк, не покажет температуру 49°C для слабой прожарки, примерно 6-8 минут.

— Переложите стейк на разделочную доску и дайте ему отдохнуть в течение 10 минут. Отделите мясо от кости и нарежьте поперёк волокон.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



СТЕЙК «ДИАНА»

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 4 филе-миньон весом по 170–220 гр.
- 1 л. слабосолёного говяжьего бульона
- 1 ч. л. крупнозернистой соли
- 1 ч. л. свежемолотого чёрного перца
- 4 ст. л. сливочного масла
- 2 ст. л. оливкового масла extra-virgin
- 3 ст. тонко нарезанных шампиньонов
- 2 лука-шалота, тонко нарезанных
- 4 зубчика чеснока, измельчённых
- 0,5 ст. бренди
- 0,5 ст. сухого красного вина
- 1 ст. л. дижонской горчицы
- 1 ст. л. вустерского соуса

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Налейте говяжий бульон в кастрюлю и выпарите на умеренно сильном огне до объёма 0,5 ст., около 1 часа.

— Посыпьте стейки с обеих сторон солью и чёрным перцем. В большой чугунной сковороде на среднем огне нагрейте 2 ст. л. сливочного масла и оливковое масло. Когда масло растает и начнёт мерцать, добавьте стейки. Обжарьте их по 3 минуты с каждой стороны. Переложите стейки на тарелку и отставьте в сторону, свободно накрыв фольгой.

— Добавьте грибы и лук-шалот в сковороду и жарьте в течение 2 минут, часто помешивая, добавляя при необходимости масло. Добавьте чеснок. Когда чеснок слегка потемнеет, добавьте коньяк (будьте осторожны, он может воспламениться). Добавьте вино, горчицу, вустерский соус и выпаренный говяжий бульон. Готовьте на медленном огне ещё 2-3 минуты.

— Верните стейки на сковороду и доведите их до нужной температуры за 2-4 минуты, в зависимости от размера филе и желаемой степени прожарки. Для слабой прожарки жарьте до 57°C на термометре для мяса. Добавьте в соус оставшиеся 2 ст. л. сливочного масла, чтобы оно растаяло.

— Для подачи, положите по стейку на каждую тарелку и сбрызните стейки соусом.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ЗАВТРАК СО СТЕЙКОМ

(используется стейк Пиканья)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Говяжий стейк 200 г
- Куриное яйцо 3 штуки
- Сливочное масло 1,5 чайные ложки
- Растительное масло 2 чайные ложки
- Репчатый лук ½ головки
- Авокадо 1 штука
- Кинза 2 веточки
- Лечо ½ банки
- Помидоры 1 штука
- Молотый черный перец по вкусу
- Соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Авокадо очистить, удалить косточку и разрезать на 4 дольки. Обжарить на сковороде в растительном масле.

— Стейк обжарить с двух сторон на сильном огне, потом довести до готовности в духовке (время будет зависеть от толщины мяса). Лучше взять два стейка потоньше, чтобы приготовить быстрее.

— Лук мелко нарезать, обжарить на сливочном масле до золотистого цвета, положить нарезанный помидор, через 1–2 минуты добавить лечо, прогреть. Сделать три «гнезда», выпустить в них яйца, посолить, поперчить и готовить на маленьком огне.

— Нарезать стейк и выложить в сковороду, сверху разложить авокадо. Подавать с хлебом и зеленью.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК СО СЛИВОЧНЫМ ШПИНАТОМ

(используется стейк Денвер)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Говяжий стейк 1 штука
- Оливковое масло 1 чайная ложка
- Сливочное масло 1 чайная ложка
- Лук-шалот 1 штука
- Мягкий голубой сыр 1 столовая ложка
- Сливки ¼ стакана
- Свежие листья шпината 140 г
- Лимонный сок 1,5 чайные ложки
- Соль по вкусу
- Молотый черный перец по вкусу

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Хорошо просушите мясо и натрите 0,5 чайной ложки соли и 0,25 чайной ложки перца.

— Разогрейте сливочное и оливковое масло в большой сковороде на среднем огне и выложите мясо. Готовьте примерно 7–10 минут для средней прожарки, перевернув 1 раз. Переложите на доску и оставьте, ничем не накрывая, на 10 минут.

— В сковороду выложите тонко нарезанный шалот и пассеруйте до мягкости примерно 3 минуты. Добавьте сливки, сыр и шпинат и готовьте, помешивая, пока шпинат не станет мягким, примерно 2 минуты. Добавьте лимонный сок, соль и перец по вкусу.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

СТЕЙК КРАСНЫЙ РИБАЙ

(используется стейк Рибай)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 рибай
- 1 столовая ложка оливкового масла
- морская соль и черный перец по вкусу
- 1 тонко нарезанный лук-шалот
- 250 гр нарезанных шампиньонов
- 1½ чайных ложки свежего тимьяна
- 1 стакан сухого полнотелого красного вина
- 3 столовые ложки несоленого сливочного масла

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Удалите мясо из его упаковки и протрите его бумажным полотенцем. Позвольте стейку остыть до комнатной температуры, примерно от 30 до 60 минут. Затем снова высушите бумажными полотенцами перед приготовлением.

— Натрите стейк морской солью и черным перцем, с обеих сторон и положите на хорошо разогретую сковороду.

— Готовьте в течении 4–5 минут, переворачивая каждую минуту. Мясо должно получить хорошую темную корочку.

— Положите стейк на разделочную доску и заверните в фольгу. Позвольте стейку отдохнуть, пока вы делаете соус.

— Убавьте огонь под сковородкой. Как только сковорода охладится чуть-чуть, добавьте больше масла, если необходимо, и опустите нарезанные лук-шалот, грибы и тимьян. Жарьте около 5 минут или до тех пор, пока грибы не станут коричневыми и не размягчатся. Добавьте красное вино.

— Готовьте до тех пор, пока соус не упарится примерно на половину, около 7–8 минут.

— Подавайте стейк с красным винным грибным соусом сверху.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ЗАКУСКА ИЗ СТЕЙКА С ПЕРЦЕМ И КАПЕРСАМИ

(используется стейк Денвер)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Стейк 400 гр.
- 2 зубчика чеснока
- 2 сладких красных перца
- 12 крупных каперсов
- оливковое масло
- соль, свежемолотый черный перец

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Согрейте духовку до 200 °С. Запеките сладкие перцы, 20 мин., затем положите в миску и накройте крышкой. Очистите от семян и кожицы и нарежьте полосками.

— Стейк посолите и поперчите, смажьте оливковым маслом. Разогрейте сковороду и обжарьте стейк до желаемой степени готовности.

— Чеснок разотрите в ступке с щепоткой соли, добавьте 1 ст. л. оливкового масла и перемешайте. Смажьте этой пастой готовый стейк и оставьте, прикрыв фольгой, на 5 мин.

— Нарежьте стейк на порционные куски размером со спичечный коробок. На каждый кусок положите по полоске печеного перца и каперс. Сколите шпажкой и посыпьте молотым перцем.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

РОСТБИФ

ИНГРЕДИЕНТЫ

- Говядина (кострец) или глазной мускул – 1 кг
- Смесь перцев крупного помола – 3 ст. л.
- Растительное масло – 2 ст. л.
- Соль крупная – по вкусу

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Перед приготовлением дайте мясу согреться при комнатной температуре 15–20 минут: его нельзя запекать холодным.

— Натрите кусок маслом, специями и приправами и оставьте минимум на 30 минут.

— Обжарьте мясо на раскаленной чугунной сковороде со всех сторон до золотистой корочки.

— Вставьте термометр для мяса в самую толстую часть куска.

— Поставьте в духовку на решетку с поддоном и запекайте при 75 ˚С, пока температура внутри мяса не достигнет 55 °С.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МАЧЕТЕ С ЖАРЕНЫМ КАРТОФЕЛЕМ

(используется стейк Мачете)

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 500–700 гр. говяжьего фланк стейка (жилованная пашина)
- 700 гр. картофеля с красной кожурой
- 1 ст. свежей петрушки
- 1 большое перо зеленого лука, крупно нарезанного
- 1 маленький перец халапеньо, без семян и крупно нарезанный
- 1 зубчик чеснока, измельченный
- Мелко тертая цедра и сок 1/2 лимона
- 1/4 ст. оливкового масла

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

— Поместите картофель в среднюю кастрюлю и залейте холодной водой; посолите. Доведите до кипения и варите до готовности от 15 до 20 мин., слейте жидкость.

— В кухонном комбайне смешайте петрушку, зеленый лук, халапеньо, чеснок, лимонную цедру и сок, 2 ст. л. оливкового масла и 1/2 ч. л. соли, мелко измельчите. Переложите в маленькую миску.

— Нагрейте большую сковороду до высокой температуры и добавьте 1 ст. л. оливкового масла. Приправьте стейк солью и перцем. Добавьте в сковороду и обжаривайте до коричневого цвета, от 5 до 6 мин. на каждую сторону. Переложите говяжью пашину на разделочную доску и оставьте на 5 мин.

— Добавьте оставшуюся 1 ст. л. оливкового масла и картофель в эту же сковороду; слегка раздавите картошку деревянной ложкой. Обжарьте, изредка помешивая, до золотисто-коричневого цвета и образования слегка хрустящей корочки, около 5 мин. Приправьте солью и перцем.

— Нарежьте фланк стейк поперек волокон тонкими ломтиками. Сверху выложите соус из петрушки и подавайте с картофелем.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!