



Tekst i zdjęcie: **TrinNnity** - Szef Kuchni (1150)

Stek cielecy

Pyszny obiadek

Składniki:

- sól, 1 szczypta
- smalec, 5 dag
- mąka , 2 dag
- cielecyca , 1.25 kg

Sposób przygotowania:

Mięso opłukać, odcisnąć z wody, obrać z błon i wykrajać sznyce ostrym nożem w poprzek włókien, nieco ukośnie od powierzchni ku podstawie. Każdy sznyce pobić tłuczkiem na płat grubości 1,5 cm, wyciąć występujące na powierzchni błony, nadać mu kształt owalny wyrabiając nożem, wygładzić powierzchnię, ułożyć na półmisku i pozostawić pod przykryciem. Tuż przed smażeniem mięso oprószyć solą i mąką. Rozgrzać smalec, włożyć mięso i smażyć z obydwu stron na rumiano, początkowo smażyć na silniej rozgrzanej płycie, dosmażyć na słabszym ogniu. Po usmażeniu steki wyjąć z patelni, tłuszcz skropić wodą i rozgotować sos mieszając i odczepiając zrumieniony sok od patelni. Wydawać zaraz po usmażeniu, dopóki mięso jest soczyste. Skropić je sosem ze smażenia, nie przetrzymywać w ciepłe, gdyż łatwo wysusza się i jest wtedy niesmaczne. Podawać z jajem sadzonym i krążkami cytryny, z ziemniakami pod wszelką postacią i sałatą liściastą lub z pomidorów, mizerią, ogórkiem kiszonym, a także z pomidorami smażonymi, szpinakiem, lub warzywami gotowanymi z masłem: kalafiozem, fasolką szparagową, młodą marchewką itp.

