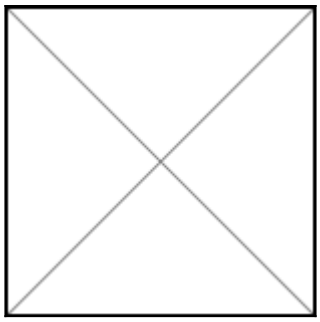

Tekst i zdjęcie: **AncyS** - Szef Kuchni (1305)

Befsztyk barani po angielsku

Najlepsze z frytkami

Składniki:

- sól, 1 szczypta
- słonina, 7 dag
- baranina , 1.25 kg

Sposób przygotowania:

Dojrzałe mięso opłukać, odjąć zbędny tłuszcz i błony, mięso zamarynować w warzywach na l—2 dni. Przed sporządzeniem mięso oczyścić z warzyw, podciąć ostrożnie od kości np. w combrze, kotletowej) i odjąć je, a czyste mięso pokrajać prostopadle do podstawy w poprzek włókien na befsztyki 2—3 cm grube (w zależności od grubości mięśnia; im comber czy kotletowa jest cieńsza, tym befsztyki kroić grubsze tak, aby po pobiciu miały 2 cm grubości i podobną wielkość). Befsztyki pobić ostrożnie tłuczkiem, ukształtować nożem i tuż przed smażeniem oprószyć pieprzem i solą. Słoninę pokrajać w plasterki, wytopić i lekko zrumienić, odłożyć; wytopiony tłuszcz rozgrzać na patelni, szybko usmażyć, mięso z obydwu stron na rumiano, tak aby wewnątrz befsztyki pozostały niedosmażone. Wydawać natychmiast po usmażeniu, ze słoniną ułożoną na powierzchni. Podawać z frytkami i sałatą liściastą lub warzywami (jak kotlety). Zamiast słoninki na powierzchnię można położyć krążki masła szczypiorkowego lub chrzanowego.