



STEAK TIPS Z DOMOWYMI FRYTKAMI

SKŁADNIKI:

500 g szpondera wołowego

Marynata:

4 łyżki sosu typu włoskiego, np. winegret

4 łyżki sosu barbeque

2 łyżki sosu Worcestershire

1 łyżeczka czosnku granulowanego

Domowe frytki:

4-5 dużych ziemniaków, obranych i pokrojonych w paski

olej do smażenia

sól morska

PRZYGOTOWANIE:

1. Szponder pokroić w kostkę o boku 4 cm. Składniki marynaty połączyć i dokładnie obtoczyć w niej mięso. Pozostawić w marynacie na co najmniej 1 godzinę. Przed przygotowaniem mięsa rozgrzać olej na frytki i smażyć przez kilka minut, aż będą złociste, odsączyć na papierze i oprószyć solą morską.
2. Szponder można upiec na grillu. Przed wyłożeniem mięsa na ruszt należy upewnić się, że jest dobrze rozgrzany. Wołowinę grillować przez 6-8 minut, obracając mięso, aby równomiernie się przypiekło. W ten sam sposób można również przyrządzić mięso w piekarniku z funkcją grilla. Wołowinę można dodatkowo zawinąć w folię i odwinąć na ostatnie 2-3 minuty. Podawać z frytkami.