

Hovězí steak s chřestem

Časová náročnost: 30 minut

Seznam přísad

300 g	hovězí steak (na 2 porce)
4 lžíce	olivový olej
1/2 lžička	sůl
1/2 lžička	čerstvě mletý zelený pepř
trochu	smetana na šlehání



Postup přípravy

Hovězí maso naložíme do olivového oleje, přidáme sůl a čerstvě mletý zelený pepř. Maso zde necháme marinovat zhruba 2 hodiny. Poté si uvaříme chřest: Nejprve odřízneme tvrdé konce a zhruba od poloviny stonku dolů každý chřest oloupeme (škrabkou na brambory). Oloupaný chřest dáme vařit do vroucí osolené vody (nejlépe svázaný, hlavičkami nahoru) a vaříme jej asi 10 minut doměkka. Mezitím si na rozpálené pánvi zprudka osmahneme namarinované steaky (včetně marinády), a to z obou stran vždy po dobu 8 až 10 minut (podle toho, jak je máme rádi propečené). Opečené je přendáme stranou a necháme vydýchat. Na pánvičku, kde jsme smažili steaky a kde zůstal olej se zbylou marinádou, přidáme smetanu a vše svaříme v jemnou omáčku. Teplé hovězí steaky dáme na talíře, přidáme slitý uvařený zelený chřest a přelijeme hotovou omáčkou. Servírujeme s vařenými brambory.