



Rib eye steak

Ingredience

vyzrálý hovězí vysoký roštěnec: **400 g**
olivový olej
hrubozrnná sůl
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Aby se rib eye steak udělal tak, jak má, musí mít maso pokojovou teplotu a tloušťku asi 3 - 4 cm. Do masa jemně vmasírujeme pár kapek olivového oleje a necháme chvíli odpočinout. Na přípravu vysokého roštěnce je dobré použít pánve s tlustým dnem, která lépe drží teplotu. Použít můžeme i gril nebo...

Rib eye steak - recept

Aby se rib eye steak udělal tak, jak má, musí mít maso pokojovou teplotu a tloušťku asi 3 - 4 cm. Do masa jemně vmasírujeme pár kapek olivového oleje a necháme chvíli odpočinout. Na přípravu vysokého roštěnce je dobré použít pánve s tlustým dnem, která lépe drží teplotu. Použít můžeme i gril nebo grilovací pánve.

Pánev rozpálíme na **nejvyšší teplotu**, položíme na ni rib eye steaka opečeme z každé strany 4 minuty. Hotové maso necháme na teplém místě odpočinout asi 10 minut, aby se šťáva uvnitř

rovnoměrně rozprostřela.

Těsně před servírováním **rib eye steak** osolíme hrubozrnou solí a opeříme čerstvě mletým pepřem. Jako příloha se hodí rozmarýnové brambory.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí