

Bifteky jednohubky

Kategorie: Hovězí maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor: Maruš

Suroviny

1 nakrájená červená paprika
200 ml sójové omáčky light
sůl a pepř na dochucení
tenké plátky z 0,5kg hovězí svíčkové
olej na potření grilovací pánve
svazek jarní cibulky
100 g krupicového cukru

Postup

- 1 Hovězí na prkénku naklepejte — nikoli palič-kou, jen klouby ruky.
- 2 V misce smíchejte sójovou omáčku s cukrem a trochou pepře a soli. Část cibulky nakrájejte na kousky o něco delší, než jsou plátky masa.
- 3 Každý plátek potřete marinádou, sviňte kolem proužků cibulky i papriky a spíchněte párátkem. Zbylou cibulku nakrájejte na kolečka. Zbytek omáčky v kastrůlku svařte, aby cukr leh-ce zesirupovatěl, a vsypte nakrájenou cibulku.
- 4 Grilovací pánev potřete olejem, rozpalte ji a ze všech stran na ní opečte závitky. Podávejte s omáčkou k namáčení.

