

# Жареный стейк из ГОВЯДИНЫ

---

Скопа Кирилл



Ингредиенты для  
приготовления  
жареного стейка из  
говядины:

---



- Мякоть говядины свежая 800 грамм
- Масло растительное 50 грамм
- Соль по вкусу
- Перец черный молотый по вкусу

## Шаг 1: подготавливаем мясо.

Свежую мякоть говядины зачищаем с помощью ножа от пленки и хорошо промываем под холодной проточной водой. Затем перекладываем наш ингредиент на бумажное полотенце и промокаем от воды. На разделочной доске с помощью того же острого инвентаря говяжью вырезку нарезаем на несколько стейков, толщиной около 2 сантиметров. Внимание: нарезать мясо на стейки нужно поперек волокон для того, чтобы тепло, которое будет выделяться во время жарки говядины, равномерно проникало и распределялось по всей поверхности мясного ингредиента. От этого стейк станет сочнее и мягче. После того как мы нарезали говяжье мясо, смазываем куски немного растительным маслом, а также солим и перчим по вкусу. После этого перекладываем стейки в отдельную миску, сверху накрываем ее пищевой пленкой и даем постоять мясу около 1 часа, для того чтобы оно пропиталось солью, перцем и маслом, а также пустило сок.

---





## **Шаг 2: готовим жареный стейк из говядины.**

Перед тем как жарить стейк, в первую очередь необходимо определиться со степенью прожарки мяса, которая зависит напрямую от времени приготовления блюда. Существует три степени прожарки стейков: первая степень – когда мясо прожаривается с двух сторон не полностью в течение 3-4 минут и получается с кровью. Вторая (средняя степень) – это когда стейк жарят с двух сторон в течение 4-5 минут, и он имеет равномерный коричневый цвет, хорошо поджаренный снаружи и розовый внутри, и мясо при этом выделяет розоватый сок. И третья степень – сильно прожаренный стейк. Он жарится в течение 5-6 минут с каждой стороны и мясо получается сухое с сильно зажаренной корочкой. Самой популярной является третья степень жарки, по времени которой я и предлагаю приготовить мясо. Итак, перед тем как в сковороду будем выкладывать говяжьи стейки, нальем в емкость небольшое количество растительного масла и поставим ее на сильный огонь. Для приготовления мясного блюда я рекомендую брать чугунную сковороду с толстыми стенками и дном. Разогревать емкость нужно обязательно на большом огне, но не допускать того, чтобы масло начало дымиться, так как это может привести к тому, что мясо пригорит снаружи, а изнутри останется сырым и будет при этом очень жестким. Если мы будем выкладывать стейки в сковороду, и во время этого процесса раздастся «шипение» в емкости, значит, мы разогрели сковороду с маслом до нужной для жарки температуры. Внимание: важно быть осторожным, чтобы не обжечься, когда перекладываем мясные куски в разогретую емкость, так как мясо уже выделило сок и он может обжечь вас во время соприкосновения его с горячим маслом. Когда начинаем жарить говяжьи стейки, делаем средний огонь.



---

По истечению отведенного времени на приготовление стейка с одной стороны проверяем степень готовности блюда, приподняв его аккуратно с краю вилкой.

Если появилась коричневая корочка, с помощью кухонных щипцов переворачиваем стейк и жарим его с другой стороны до образования такой же коричневой корочки. После этого, выключаем конфорку, а емкость с говяжьим стейком отставляем в сторону, накрыв емкость фольгой для выпечки. Сразу мясо не перекладываем в блюдо для подачи, а даем ему немного остыть в течение **10-15 минут**, тогда оно станет намного мягче и сочнее.



