Bitki wołowe w sosie własnym

Przepis dodany przez użytkownika gazela

Bitki wołowe o cebulowym aromacie

Ilość porcji: 3-4
Stopień trudności: łatwe

Potrzebne składniki:
- płaty wołowe średniej wielkości wołowiny bez kości - 4 szt.
- czosnek - 2
- cebula średnia - 1 szt.
- sól, pieprz, vegeta - do smaku
- oliwa z oliwek - 4 łyżka(i)

Przydatne akcesoria:
tłuczek, brytffana średniej wielkości

Etapy przyrządzania:

1. Mięso umyć pod zimna wodą, rozbić na plastry o grubości ok. 30 mm, czosnek pokroić drobno, rozetrzeć z solą na miazgę. Każdy plaster mięsa posolić, popieprzyć i wysmarować z obu stron czosnkiem. Odstawić na 2 godz. do lodówki.

2. Do średniej brytfanny nalać 4 łyżki oliwy z oliwek. Tłuszcz rozgrzać. Wkładać plastry wołowiny pojedynczo i układać obok siebie. Mięso polewać cały czas przegotowana wodą. Dodać vegetę do smaku. Smażyć bitki z obu stron, aż będa miekkie. Pod koniec smażenia dodać cebulę pokrajaną w krążki - mięso zyskuje wtedy ciekawy smak i aromat.

Uwagi:
Dzięki cebuli pokrojonej w krążki mięso zyskuje ciekawy smaki i aromat.