

Rib eye steak s avokádovým máslem a Caesar wrap

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 1

- hovězí rib-eye steak na porci 300 g
- Chorizo koření (mleté chilli papričky, římský mletý kmín, černý pepř, česnek, oregano) 30 g
- Extra panenský olivový olej 30 ml
- Citron (kůra) 0.5 ks
- Třtinový cukr 1 špetka
- Sůl 1 špetka
- Čerstvě mletý pepř 1 špetka
- **AVOKÁDOVÉ MÁSL**
- Máslo 50 g
- Avokádo 20 g
- Červená cibule (nejemno nakrájená) 10 g
- Koriandr (lístky) 6 ks
- **CAESAR WRAP**
- Tortilla 1 ks
- Římský salát (listy) 3 ks
- Parmazánové hoblinky 30 g
- Sušená rajčata (nakrájená) 40 g
- Bageta na přípravu krutonů 1 ks
- **SALÁTOVÝ DRESINK**
- Žloutky 2 ks
- Ančovičky 2 ks
- Worcester 4 kapka
- Dijonská hořčice 1 lžíce
- Citronová šťáva 2 lžíce
- Extra panenský olivový olej 120 ml

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Grilování

Zařazení: Oběd

Země: USA

Počet porcí: 1

Postup:

1. Připravte gril a rozpalte ho na vysokou teplotu.
2. V míse smíchejte všechny ingredience na steak a maso v marinádě důkladně obalte. Marinujte v lednici ideálně 12 hodin.
3. Pustte se do přípravy Caesar wrapu. Nejprve udělejte dresink. Do mixéru dejte dva žloutky, ančovičky, worcestrovou omáčku, hořčici a citronovou šťávu. Pustte mixér a po chvilce začněte přilévat olivový olej. V případě, že se vám bude zdát zálivka moc hustá, zředte ji troškou vody.
4. Bagetu nakrájejte na plátky a opečte na grilu dozlatova. Sundejte z grilu a nakrájejte na malé kostičky. Salátové listy pečlivě omyjte a nechte okapat. Rukama je natrhejte na menší kousky a dejte do mísy. Přidejte připravený dresink, krutony a vše opatrně promíchejte, aby dresink obalil salát a všechny krutony nezůstaly navrchu.
5. Maso vyndejte z lednice a nechte odpočinout při pokojové teplotě. V žádném případě ho nedávejte hned na gril!
6. Vložte steaky na gril a grilujte je minimálně 4 minuty z každé strany.
7. Sundejte maso z grilu a nechte 3 minuty odpočinout.
8. Zatímco steak odpočívá, připravte si avokádové máslo. Zralé avokádo rozmačkejte spolu se změkklým máslem, aby se obojí dobře spojilo. Přidejte nejemno nakrájenou cibuli a dobře promíchejte. Pokud máte rádi koriandr, nasekejte ho a přidejte do másla.
9. Na grilu nahřejte tortillu, stačí půl minuty. Rozložte na ni rovnoměrně připravený salát, posypte jej hoblíčkami parmazánu, nakrájenými rajčaty a čerstvě namletým pepřem. Přeložte tortillu z levé strany dovnitř a rolujte. Vznikne tak wrap s jednou stranou otevřenou. Steak podávejte s připraveným avokádovým máslem a Caesar wrapem, nebo jej můžete nakrájet na plátky a přidat do tortilly.