

Avignonský Rumpsteak s cibulí

Kategorie: [Maso](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 1

- hovězí roštěná 1 plátek
- cibule 2 ks
- bobkový list 1 ks
- tymián 1.2 lžička
- bílé víno 125 ml
- hovězí bujón 1.2 kostka
- voda 125 ml

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Dušení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Cibule nakrájíme na spíše tenké kolečka, které ve velké těžké pánvi osmahneme na másle do sklovita. Přidáme na malé kousky roztrhaný bobkový list, tymián a řádně opepříme. Přilijeme víno a vývar (z půl kostky rozpuštěné ve 125 ml vroucí vody). Dusíme, až než se vypaří většina tekutiny, přidáme trochu kopru, promícháme a obsah pánve dáme stranou, udržujeme v teple. Pánev opláchneme, osušíme, a rozpustíme v ní na velkém plameni asi 3 lžíce másla (kdo se bojí přepalování může nakombinovat s arašídovým či kukuřičným olejem). Mezitím omyjeme maso, osušíme a z obou stran jen velmi krátce a mírně naklepeme maso (spíš je to takové poklepání). Opékáme po dobu, která odpovídá oblíbenému stupni propečení (viz. dole), až nyní steak z obou stran osolíme a opepříme, položíme na talíř, na maso dáme větší část cibulové směsi, zbytek dáme na špagety, které jsme zvolili jako přílohu.

Poznámka:

kdo chce může jako variaci použít místo bílého vína i červené, např. Brodeaux. Doba úpravy masa dle stupně propečení: (Uvedené časy se vztahují na dobu, po kterou musí být každá strana opékaná) Blue rare/very rare/blood rare/Black and Blue/Pittsburgh Rare: maso má uvnitř teplotu 37,8 °C - je

zvenku jen mírně opečené, uvnitř červené a sotva ohřáté - doba úpravy 1 - 1,5 min. na max. plameni
Rare: teplota uvnitř 48,9 °C - vnější strany jsou šedohnědé, vnitřek je červený a mírně teplý - 1,5 - 2 min. na velkém plameni

Medium rare: teplota uvnitř 52,2 °C - pokud jinak nespecifikováno se jedná o minimální stupeň úpravy ve Steak Housech, maso má celočervený teplý prostředek - 2,5 min. na středním plameni

Medium: teplota uvnitř 57,2 °C - prostředek masa je horký a červený, obklopený růžovou - 3 min. na středním plameni

Medium well done: teplota uvnitř 62,8°C - maso je kolem prostředku světle růžové - 4 min. na středním plameni

Well done: teplota uvnitř 73,9 °C - maso je skrz naskrz šedohnědé a mírně připálené - 5 min. na středním až malém plameni (pro dolnění: tepelně neupravenému stavu se odborně říká raw (angl. pro syrový), využívá se např. při výrobě tataráků, většinou pak ale z pravé svíčkové).