

طريقة تحضير إنتركوت مع الزبدة

المقادير:

- لحم بقر إنتركوت- حوالي 400 غرام
- 4 ملاعق كبيرة زبدة لينة
- 1 ملعقة كبيرة بقدونس مفروم ناعم
- ملح وفلفل مجروش خشن

طريقة التحضير:

- يُضاف البقدونس المفروم وقليل من الملح والفلفل إلى الزبدة، وتُخلط المكونات جيداً حتى تتجانس.
- يُلف خليط الزبدة في ورق بلاستيك ويشكل على هيئة إسطوانة قطرها 2 سنتيمتر وتترك بالبراد.
- تُسخن مقلاة علي نار عالية أو شواية مع التأكد بأنها ساخنة جداً.
- يُوضع الإنتركوت علي المقلاة أو الشواية مع عدم تحريكه إلا بعد 5 دقائق من كل جانب، ونتأكد من أن كل الجوانب قد لامست المقلاة أو الشواية لنفس المدة.
- يُوضع الإنتركوت بالمقلاة في فرن حرارته 200 درجة مئوية لحوالي 15 دقيقة أو لإتمام النضج حسب الرغبة.
- يُترك اللحم لبضع دقائق ليبرد قليلاً قبل التقديم.
- تُقطع إسطوانة الزبدة إلى حلقات، وتوضع فوق اللحم عند التقديم.
- يُمكن تقديمها مع خضار سوتيه وعيدان بطاطا مقلية.

الف صحة!