

طريقة تحضير الستيك مع صلصة الفطر

المقادير:

- ٥ شرائح لحم ستيك بقر
- ملح و فلفل
- ٢ ملعقة كبيرة دقيق
- ٢ملعقة كبيرة زيت زيتون
- بصل كبير مفروم
- ملعقة كبيرة دقيق
- كوب مرق لحم
- ٢ كوب فطر مقطع شرائح
- بيوريه البطاطا / بروكلي مسلووق

طريقة التحضير:

- تُتبّل شرائح اللحم بالملح والفلفل من الجهتين وتُغطى بالدقيق جيداً مع التخلص من الدقيق الزائد.
- يُسخن الزيت على نار متوسطة وتُحمّر شرائح اللحم لمدة 5 دقائق من كل جانب أو حتى يُصبح لونها مائلاً للبنّي وتُرفع جانباً .
- يُضاف البصل في نفس الوعاء ويُحمّر حتى يصبح لونه مائلاً للذهبي.
- يُضاف الدقيق ويُقلب مع البصل حتى لا يكون هناك أثر للدقيق ثم يُضاف المرق مع التقليب حتى تتجانس المكونات.
- يُضاف الفطر وتُعاد شرائح اللحم وعند البدء في الغليان يُغطى الخليط وتُخفف الحرارة ويترك لمدة 15-20 دقيقة أو حتى تمام النضج وتُصبح الصلصة غليظة القوام مع التقليب من الحين إلى الآخر.
- تُوضع شرائح اللحم في طبق التقديم وتُغطى بالصلصة و تُقدم مع بيوريه البطاطا والبروكلي المسلووق.

الف صحة!