Polędwica wołowa w marynacie z kawą i z masłem pomarańczowo- tymiankowym

Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: **danie główne**

Warto wiedzieć:

15 min

2 porcje

Składniki:

- polędwica wołowa (steki) - 2 szt.
- kolendra ziarna - 1 łyżeczka
- estragon - 1 łyżeczka
- tymianek - 1/2 łyżeczka
- cukier trzcinowy - 1/2 łyżeczka
- espresso - 30 ml
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku
- papryka w proszku - 1 łyżeczka
- Masło pomarańczowo-tymiankowe: -
- masło - 50 g
- tymianek - do smaku
- skórka z otartej pomarańczy - 1 łyżeczka
- ocet kremowy balsamiczny -
- masło - 1 łyżeczka
- miód -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Utrzeć ziarna kolendry w moździerzu. Składniki marynaty wymieszać Natrzeć mięso i odstawić.
Masło utrzeć z tymiankiem i pomarańczową skórką. Wstawić do lodówki.
Mięso usmażyć na niewielkiej ilości oleju po 2 minuty z każdej strony. Przełożyć do brytfanki włożyć do piekarnika nagrzanego na 175 ˚ C na ok. 5 -10 minut.
Sos: Na patelni gdzie smażyły się steki wlać ocet balsamiczny, pół łyżeczki miodu i pół łyżeczki kawy rozpuszczalnej. Wymieszać i odparować. Na koniec dodać łyżeczkę masła.

Wymieszać.
Wyjąć z piekarnika mięso, przełożyć na talerze.
Na każdym kawałku położyć po łyżeczce masła
pomarańczowo- tymiankowego. Serwować
z rukolą.