

“Ті-боун” стейк

Смажене м'ясо люблять усі, а стейк ті-боун - це набагато більше, ніж просто смажене м'ясо.

Спробуйте приготувати цей соковитий ароматний стейк в домашніх умовах і запевняю вас, що Ви бажатимете куштувати його знову і знову. А покрокові фото приготування стейку допоможуть Вам краще засвоїти рекомендації.

Стейк ті-боун є найбільшим стейком за усі інші. Зазвичай він важить не менше 450 грамів. М'ясо для нього вирізається між спинною та поперековою частинами туші і має Т-подібну форму, саме через таку форму стейк і отримав назву «ті-боун».

Стейк – від давньоскандинавського «смажити» — якісно приготований товстий шматок м'яса, вирізаний з туші тварини (як правило, яловичини) поперек волокон.

Історичні коріння приготування стейку сягають часів Стародавнього Риму. У поганських храмах у часі ритуалу жертвоприношення жерці, для того, щоб покласти дари на божественний вівтар, смажили на решітках великі шмати яловичини.

У середньовічній Європі яловичина мала погану репутацію, адже це було м'ясо виключно старих корів та биків. Зайву велику рогату худобу забивали у ранньому віці: молода телятина була досить поширеним інгредієнтом для приготування страв для заможних верств населення.

У Великобританії стейк здобув визнання лише в XV столітті, в 1460 році його опис з'явився в рецептурній книзі, а три століття потому технологія приготування шматка м'яса, засмаженого на відкритому вогні, стала відома на материку.

Відправною точкою для зародження сучасної індустрії виробництва яловичини в Америці вважається час Колумба, коли привіз в Новий Світ через Атлантику велику рогату худобу породи Лонгхорн. Існує думка, що класичні стейки – суто американська національна страва і чи не єдиний цінний внесок США у світову кухню. Не випадково саме тут був створений справжній культ стейка, що став частиною національної культури. Сьогодні саме ця країна є

одним з провідних експортерів яловичини.

Окрім Америки, великими виробниками яловичини є Австралія та Аргентина.

Зазвичай, яловичі стейки — дорога страва, оскільки для них відбирають м'ясо з найкращих частин туші молодих бичків. Для приготування стейків підходить лише 7-10 відсотків м'яса від усієї туші тварини. Сучасна кухня виділяє декілька видів стейків. Їх назва походить від тих частини туші з яких вирізалось м'ясо для стейку:

- Ріб-стейк — вирізається з підлопаткової частини туші, має велику кількість жирових прожилок;
- Клаб-стейк — вирізається із спинної частини на ділянці товстого краю найдовшого м'яза спини, має невелику реберну кістку;
- Тібоун-стейк (стейк на Т-подібній кістці) — вирізається з ділянки туші на межі спинної і поперекової частини в області тонкого краю найдовшого м'яза спини і тонкого краю вирізки, тому складається відразу з двох видів стейкового м'яса — філе-мінйон з одного боку і кісточки Нью-Йорк з іншого. Єдиний стейк де поєднується незвичайна комбінація двох смаків;
- Портерхаус-стейк — вирізається з поперекової частини спини в області товстого краю вирізки;
- Стріплойн-стейк — вирізається з поперекової частини спини в області головної частини вирізки;
- Раундрамб-стейк — вирізається з верхнього шматка тазостегнової частини;
- Філе-мінйон — поперечний тонкий зріз центральної частини філейної вирізки, найніжніше і пісне м'ясо, ніколи не буває «з кров'ю»;
- Шатобріан — товстий край центральної частини яловичої вирізки (може смажитися цілим, може подаватися порцією, найчастіше розрахований на дві особи). Цей стейк викладається на тарілці у довжину;
- Торнедос — маленькі шматочки з тонкого краю центральної частини вирізки (використовується для приготування медальйонів);
- Скірт-стейк — не найніжніший, але дуже смачний шматок м'яса з пащини.

-
- 1 ті-боун стейк 450 – 550 г
 - 50 мл оливкової олії для смаження
 - дрібка грубої морської солі
 - 1 головка часнику
 - 1 гілка свіжого розмарину
 - 5 гілочок свіжого тім'яну
 - 100 г вершкового масла
 - Свіжозмелений перець

М'ясо для ті-боун стейку, дістати з холодильника і залишити настоятися на кілька хвилин при кімнатній температурі.

Нагріти сковорідку на середньому вогні 3-5 хв. Найкраще підходить товста чавунна сковорідка з високими краями.

Коли сковорідка доволі гаряча, але не розжарена і ще не димить, влити олію, посипати дрібною солі і обережно викласти м'ясо. Переконалися чи м'ясо відразу шкварчить, а не пропарюється, та прожарювати стейк 2-3 хв.

Коли один бік зарум'янився, переверніть його на інший. Краще перевертати за допомогою щипців для м'яса, щоб не проколоти стейк виделкою чи іншими гострими предметами. Адже через проколену скоринку витече м'ясний сік і стейк вийде сухим.

Підрум'янивши обидва боки стейку, довести його до бажаного просмажування. Варто часто обертати, щоб стейк не перепалився з якогось боку більше. Тут потрібно додати розрізану навпіл головку часника.

Також пам'ятайте – чим м'якша середина шматка при натисканні на нього щипцями, тим він менш просмажений і навпаки.

Для середнього просмаження стейку м'ясо повинно ще прогинатися, пружинити але уже не так легко як було на початку, наче ще хвилюку і зовсім буде пружне. Для доброго просмажування (як на фото) м'ясо при натискні таки пружне але не тверде. Стейк обов'язково має набути золотисто-

коричневого кольору, але аж ніяк не чорного.

Коли ті-боун , на ваш погляд, практично готовий, додайте до нього вершкове масло, гілочки розмарину та тим'яну.

Масло швидко почне закипати та пінитися на сковорідці. За допомогою ложки поливайте ним стейк 1-2 хв. При цьому варто контролювати, щоб жир не горів до чорного кольору і не димів.

Масло, трави й часник при обсмажуванні творять неперевершений букет аромату, що насичує стейк таким багатим смаком і творить його хрустку скоринку.

Після «купання» стейку в маслі, викласти його на дерев'яну дошку, де пізніше його можна і нарізати. Залишити ті-боун на 5-10 хв. «відпочити», щоб соки рівномірно розподілилися по ньому .

Опісля, гострим ножом обрізати м'ясо навколо кістки та нарізати його товстими шматками, тримаючи ніж трішки під кутом.

Ті-боун стейк подавати так як він виглядав до нарізання, тобто скласти шматки нарізаного м'яса навколо кістки. Полити стейк маслом залишеним після смаження. Ті-боун смакуватиме зі зеленим салатом та келихом червоного вина.











