Pandestegt Rib-eye steak i to kvaliteter

- med mos, løg og rødvinssauce

Ingredienser til 1 - 2 portioner:
1 Rib-eye steak Dansk, 2,5 cm tyk (300 gram fra Slagter Lund)
Kartofler til mos
1 - 2 løg i grove tern
2 Timian- eller rosmarin kviste, efter behag
Olivenolie
Smør
Rødvinssauce (se tidligere opskrift)
Salt og peber



Dansk Rib-eye

Tag kødet ud af køleskabet, ca 1 time inden stegning.

Lav din kartoffelmos klar og sæt løg over til bløde løg og lun rødvinssaucen, som du har lavet dagen før. Først når disse ting er klar begynder du at stege.

Varm en kraftig slip-let pande op til høj varme, kom en anelse olie på og giv steaken 1/2 minut på hver side. Skru så lidt ned for varmen og giv steaken 3 min. på hver side. De sidste 3 min sammen med timian-/rosmarin kvistene og et par smørtern.
Stegetiden afhænger af din pande, dit komfur og dit kød.
Lad steaken hvile utildækket i 6 min, inden udskæring.

Monter tallerknerne som nedenfor.



Ingredienser til 1 - 2 portioner:
1 Rib-eye steak USA, 3 cm tyk (325 gram fra Slagter Lund)
Kartofler til mos
1 - 2 løg i grove tern
2 Timian- eller rosmarin kviste, efter behag
Olivenolie
Smør
Rødvinssauce (se tidligere opskrift)
Salt og peber



Amerikansk Rib-eye Greater Omaha

Fremgangsmåden er den samme som for steaken til venstre, men vi hæver stegetiden med 1/2 minut på hver side, da steaken er tykkere. Selv om stegetiden blev øget, blev denne steak lidt mere saftig end den danske ribeye, men kødsmagen var den samme for begge steaks!

Monter tallerknerne som nedenfor.



BISTRO QUALITY

Disse lækre retter som vi nyder her i Danmark, serveres også på mange Bistroer og Brasserier i London og Paris.

© Jan Erik Rasmussen - Opskrifter - 2024