

Говяжья отбивная со шпинатом

Ингредиенты

- Говядина - 400 г (вырезка или толстый край)
- Крекеры - 200 г
- Лук-шалот - 10 шт
- Шпинат - 70 г
- Сливки - 300 мл (11%)
- Горчица - 1 ст. л
- Оливковое масло - 8 ст.л
- Соль -
- Черный перец -
- Салатные листья - большая горсть



Рейтинг блюда: 5/5

Процесс приготовления

1

Мясо зачистите от сухожилий и пленок. Порежьте поперек волокон ломтиками толщиной в 1 см. Каждый кусок слегка отбейте, посолите, поперчите.

2

Крекеры измельчите в блендере в импульсном режиме так, чтобы остались фактурные кусочки. Обваляйте в панировке мясо.

3

На сильно разогретой сковороде на половине оливкового масла обжарьте куски мяса до золотистого цвета с двух сторон.

4

Тем временем порежьте лук-шалот на 2-4 части, обжарьте его до золотистого цвета на оставшемся оливковом масле, добавьте листья шпината. Держите на огне еще минуту и влейте сливки, доведите до кипения, посолите и снимите с огня.

5

Запеченное мясо подавайте со сливочным соусом, шпинатом и свежими листьями салата.

Приятного вам аппетита :)