KIKKOMAN

Стейк рибай в соусе с виски и салат из огурца и дыни

Общее время **145 мин** **10 мин** Время подготовки **120 мин** Время маринования **15 мин** Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):
2 025 кДж / 483 ккал

Жиры: **28,4 г** Белки: **26,2 г**
Углеводы: **21,2 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порции

4	стейк рибай (около 1,2-1,4 кг)

Для маринада:

1	семена из 1 стручка ванили
	свежемолотый черный перец
0,5 ч. л.	тимьян, рубленый
2 щепотки	молотая корица
4 ст. л.	оливковое масло
6 ст. л.	соевого соуса натурального брожения Kikkoman
1,5 ч. л.	кленовый сироп

Для соуса для поливания мяса при обжаривании:

1	лук шалот, небольшой
1	зубчик чеснок
3,5 ст. л.	виски
100 мл	апельсиновый сок
4 ст. л.	соевого соуса натурального брожения Kikkoman
	свежемолотый черный перец

Для салата:

2	шт. маленьких (или один большой)
1	небольшая дыня
200 г	фета
2	красный сладкий перец
2 ст. л.	оливковое масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

Стейки промокнуть. Для приготовления маринада смешать все необходимые ингредиенты, смазать стейки маринадом при помощи кисточки. Поставить в холодильник минимум на 2 часа.

Шаг 2

Приготовить соус для поливания мяса при обжаривании. Лук шалот и чеснок очистить, а затем пробить блендером вместе с виски, апельсиновым соком и соевым соусом до получения однородной консистенции. Поперчить по вкусу и поставить в холодильник.

Шаг 3

Приготовить салат. Огурцы помыть и мелко нарезать дольками. Дыню разрезать пополам, удалить семечки, мякоть порезать кубиками. Покрошить сыр фета. Красный перец разрезать пополам, удалить семена и сердцевину. Помыть и порезать кольцами.

Шаг 4

Приготовить соус. В блендере смешать 1-2 ст. л. порезанной кубиками дыни, оливковое масло, уксус, соевый соус и мед. Поперчить. Салат заправить соусом и перемешать.

Шаг 5

2,5 ст. л.	белый винный уксус
2,5 ст. л.	соевого соуса натурального брожения Kikkoman
1,5 ч. л.	мед
	свежемолотый черный перец

Для сливочного масла с соевым соусом и травами:

1	зубчик чеснок
2	стебелька листья базилика
250 г	сливочное масло мягкое
3,5 ст. л.	соевого соуса натурального брожения Kikkoman
3 ст. л.	тертый пармезан
1 ст. л.	кленовый сироп
	лимонный или черный перец

Приготовить масло с соевым соусом и травами. Чеснок очистить и мелко нарезать. Базилик помыть, осушить и оторвать листья. Листья порезать тонкими полосочками. Чеснок, базилик, соевый соус, пармезан и кленовый сироп перемешать со сливочным маслом, приправить перцем.

Шаг 6

Стейки выложить на гриль (если гриль оборудован крышкой, готовить под крышкой). Готовить по вкусу (см. советы), поливать стейки апельсиновым соусом с виски. Подавать со сливочным маслом с соевым соусом и травами, гарнировать салатом.