

Тартины с говядиной и луковым чатни

Общее время **100 мин** 10 мин Время подготовки 60 мин Время приготовления 30 мин Время на охлаждение

Пищевая ценность (на порцию):
1 945 кДж / 465 ккал

Жиры: **18 г** Белки: **30 г**
Углеводы: **44 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

200 г	говяжьего ростбифа
20 мл	рапсового масла
1 щепотка	соли
2 щепотки	свежемолотого чёрного перца
1 щепотка	молотого имбиря
1 щепотка	молотого мускатного ореха
200 г	красного лука
10 г	коричневого сахара
50 мл	бальзамического уксуса
40 мл	<u>сладкого соевого соуса для риса Kikkoman</u>
1 пучок	свежего тимьяна
0,5	свежего перца чили
120 г	багета
10 мл	оливкового масла
10 г	листьев горчицы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

200 г говяжьего ростбифа - **10 мл** рапсового масла - **1 щепотка** соли - **1 щепотка** свежемолотого чёрного перца - **1 щепотка** молотого имбиря - **1 щепотка** молотой мускатной орехи

Промокните говядину бумажным полотенцем, чтобы удалить лишнюю влагу, а затем тщательно натрите её маслом, солью, перцем, имбирем и мускатным орехом.

Шаг 2

Обжарьте мясо на очень горячей сковороде со всех сторон до румяной корочки. Переложите в духовку, разогретую до 120°C, и запекайте, пока внутренняя температура не достигнет 52–54°C. После приготовления дайте мясу «отдохнуть» не менее 15 минут, а затем нарежьте очень тонкими слайсами.

Шаг 3

200 г красного лука - **10 мл** рапсового масла - **10 г** коричневого сахара - **50 мл** бальзамического уксуса - **40 мл** сладкого соевого соуса для риса Kikkoman - **1 щепотка** свежемолотого чёрного перца - **1 пучок** свежего тимьяна - **0,5** свежего перца чили

Нарежьте лук тонкими полосками и обжарьте в масле на среднем огне. Когда лук станет мягким, добавьте коричневый сахар и готовьте, пока он слегка не карамелизуется. Влейте бальзамический уксус и сладкий соевый соус для риса Kikkoman. Сорвите листья с тимьяна,

затем добавьте их вместе с перцем и мелко нарезанным перцем чили. Тушите на медленном огне 20–25 минут, регулярно помешивая, пока лук не станет мягким, блестящим и не приобретёт густую, джемообразную консистенцию.

Шаг 4

120 г багета - **10 мл** оливкового масла

Нарежьте багет диагональными слайсами, слегка смажьте оливковым маслом и запекайте в разогретой до 190°C духовке 2–3 минуты до золотистой корочки и хрустящей текстуры.

Шаг 5

10 г листьев горчицы

На каждую хрустящую тартинку намажьте слой чатни из красного лука, приготовленного в шаге 3. Сверху выложите говядину, приготовленную в шаге 2, и украсьте листьями горчицы.