

Biftek salata



 Jednostavan

Kombinaciju ukusnog mesa i zdravih namirnica spojenih u salatu napravila je naša [Slavonka](#).



Ponekad nam treba malo zdraviji comfort food, a ova biftek salata je baš to! Nema grižnje savjesti, a užitek je zajamčen!

Možete koristiti bilo koji drugi steak, ako tako volite, ali biftek je idealan meni zbog tekstura. Hrskavo povrće, osvježavajući dresing, kiselkasti parmezan i savršeno mekani biftek iz [mesnice Ravlić](#)!

Može? Ma može!





Prije nego pripremite biftek, pripremite si sve povrće. Operite salatu, narežite rajčicu i krastavac.

Za dresing u posudici promiješajte grčki jogurt, POKE umak, senf s medom i suhi kopar.

Biftek posolite, a onda pecite na lagano nauljenoj, vreloj tavi. Ja biftek prvo „zatvorim“ sa svih strana što znači da svaku stranu bifteka pržim doslovce pet sekundi dok ne promijeni boju i ne „zatvori“ se. Onda ga nastavljam peći 3 minute s jedne strane, a još dvije s druge. Meni tako ispadne savršen medium rare.

Naravno, ovisi o debljini steaka, ali ako nemate problem s rare-medium rare, ovo tempiranje će vam biti dobro!

Pečeni biftek izvadim na tavu, dobro popaprim i pustim da odmori dok složim salatu u tanjur.



Dobar tek!