Socni biftek

težina: **tesko**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **9** min

Sastojci

Potrebno je:

- **500 g**svinjskog ili juneceg file
- **500 ml**ulje
- **1 glavice**crnog luk
- **malo**beli luk u prahu
- **po želji**suvi biljni zacin
- **po želji**peršun

Priprema

Napraviti marinadu za meso od svih navedenih sastojaka i pustiti da odstoji najmanje 2h, mada najbolje je ceo dan. Zatim uzeti tiganj i dve strane mesa peci po 3 minuta. Dok to pržite, ugrejte rernu na 200°C. Posle prženja ubacite u rernu još 3 minuta. Izvadite i ostavite ga 15 minuta da bi meso pokupio sve sokove i bilo socno. Ovaj recept je za ljubitelje kako kuvari nazivaju midium rare ili ti 50% ispeceno, 50% sirovo meso. Ja licno volim da bude malo više ispeceno, u tom slucaju ostavite u rerni 5 minuta.

Savet

Služiti uz vino!