

Jakie są stopnie wysmażenia steków?



# Opis wskazówki

To, jak bardzo wysmażony jest stek, będzie decydowało o jego smaku, zapachu i wyglądzie.

Pierwszym krokiem do przygotowania wysmienitego steka jest poznanie stopni jego wysmażenia.

Blue – czyli stek lekko obsmażony z każdej strony. To najbardziej krwista wersja steka, ciepła i surowa w środku. Takie wysmażenie steka możliwe jest tylko na patelni.

Rare (mocno krwisty) – czyli stek słabo wysmażony. W tym wypadku rozpoczął się już proces ścinania białka, jednak mięso pozostaje czerwone w środku. Mocno krwisty stek ma rumiane boki i jest miękki w dotyku.

Medium (średnio wysmażony) – najbardziej popularny stopień wysmażenia. Stek nie jest krwisty, ale zachowuje soczystość. W środku mięso powinno być brązowe.

Medium well – czyli dobrze wysmażony stek. Kolor mięsa staje się bardziej brązowy. Po dotknięciu jest twarde, ale elastyczne.

Well done (dobrze wysmażony) – czyli bardzo dobrze wysmażony stek. Mięso ma brązowy lub szary kolor, a miejscami może nawet nosić ślady niewielkiego przypalenia.