

# Antricot la tava

## Antricot la tava

### Ingrediente :

6 bucati antricot, 1 lingura de untura, 2 linguri de ulei, sare

### Preparare :

Antricotul la tava se poate frige in unt sau untura. As recomanda insa untul, deoarece friptura se rumeneste mult mai bine in unt amestecat cu putin ulei. De obicei antricotul se cumpara gata taiat. Se bate carnea usor cu minerul cutitului sau cu lama satirului. Se sareaza. Se incinge untul amestecat cu ulei. Se usuca carnea cu o cirpa si se pune la fript. Se frige pe ambele parti. Nu trebuie intoarsa de mai multe ori, deoarece se usuca in interior fara sa se rumeneasca si in acelasi timp isi pierde sucul prin intepaturile repetate la intoarcerea carni. Este recomandabil sa folositi pentru intoarcerea carni lama unui cutit, doua furculite sau o spatula de lemn. Timpul cit trebuie tinut la foc depinde de grosime antricotului si de taria focului. De obicei se prajeste in 10-15 minute. Friptura este gata atunci cind la suprafata apar citeva picaturi de singe. O friptura este gata cind este rumena pe afara si inca putin rosie inauntru. Se serveste cu cartofi prajiti sau cu garnitura de legume si salata. Pofta buna.