



Cuburi rumenite de carne de vită (Mediu)

Dificultate ușor

Timp de preparare 5 min.

Timp total 15 min.

Mărime porție 250 grame

Ingrediente

- 20 g ulei vegetal sau ulei de măsline
- 1 cățel de usturoi sau 20 g ceapă galbenă, tăiată bucăți mai mari
- 250 g carne de vită, bucăți, fără piele și fără os, tăiată cubulețe (3 cm), uscate prin tamponare cu hârtie absorbantă

Valori nutritive per 250 grame

Calorii 2118 kJ / 507 kcal

Proteine 53 g

Carbohidrați 3 g

Grăsimi 31 g

Grăsimi saturate 7 g

Fibre 0.2 g

Sodiu 120 mg

Preparare

1. Puneți uleiul și usturoiul în bolul de mixare, apoi, fără paharul de măsurare, încălziți **2 min. 30 sec./Varoma/viteza lingura**.
2. Adăugați carnea de vită, asigurându-vă că aceasta este distribuită în mod uniform în bolul de mixare, montați protecția antistrop pe capacul bolului de mixare și rumeniți **Temperatură ridicată** ☒. Asezonați după gust și serviți imediat sau folosiți în funcție de nevoi.

Recomandări & Sfaturi utile

- Carnea de vită este gătită mediu atunci când exteriorul acesteia este complet gătit și o mică parte a interiorului este de culoare roz.
- Asezonați după gust, apoi înfigeți-le într-o frigăruie, pentru a servi ca aperitiv sau lângă băuturi.
- Serviți cu *Sosul Béarnaise*, Thermomix®, sau folosiți ca bază pentru umplutura unei plăcinte.