



# 비프스테이크



<https://recipe.io.kr>

## 비프스테이크

### 재료

- 스테이크 1조각, 양파 1/2개, 청·홍피망 1/2개씩, 애플민트, 파인애플 1조각, 버터 1.5큰술, 밀가루 1큰술, 육수 1/2컵, 파인애플국물 1/2컵, 월계수 잎, 핫소스, 적포도주

### 조리방법

1. 냄비에 밀가루 1큰술과 버터 1.5큰술을 넣고 갈색이 나도록 볶은 후 육수 1/2컵과 파인애플국물 1/2컵을 섞어 끓여 소스를 만든다.
  2. 양파는 0.8cm 링으로 썰어 버터를 두르고 팬에 앞뒤로 노릇노릇하게 지지내고 피망도 링으로 썰어 살짝 볶는다.
  3. 그릴에 스테이크 한 장을 올려 소금, 후추를 뿌리고 앞뒤로 익히고, 파인애플도 앞뒤로 구워낸다.
  4. 접시에 준비한 가니쉬를 담고 스테이크와 파인애플을 담은 후 ①의 소스를 끼얹어낸다.
- 

## Beef Steak

### Ingredients

- 1 Steak, 1/2 Onion, 1/2 Green and red bell pepper each, Apple mint, 1 Pineapple slice, 1.5 tbsp Butter, 1 tbsp Flour, 1/2 cup Broth, 1/2 cup Pineapple juice, Bay leaf, Hot sauce, Red wine

### Instructions

1. In a pot, put 1 tbsp of flour and 1.5 tbsp of butter, stir-fry until browned, then mix with 1/2 cup of broth and 1/2 cup of pineapple juice and boil to make a sauce.
2. Cut the onion into 0.8cm rings, grease a pan with butter, and pan-fry both sides until golden brown. Cut the bell peppers into rings and stir-fry them lightly.
3. Place a steak on the grill, sprinkle with salt and pepper, cook both sides, and grill the pineapple slices on both sides as well.
4. Place the prepared garnish on a plate, add the steak and pineapple, and

drizzle the sauce from step 1 over them.

---

## 牛排 (Beef Steak)

### 材料

- 牛排 1块, 洋葱 1/2个, 青椒和红椒各1/2个, 苹果薄荷, 菠萝 1片, 黄油 1.5大勺, 面粉 1大勺, 高汤 1/2杯, 菠萝汁 1/2杯, 月桂叶, 辣酱, 红葡萄酒

### 烹调步骤

1. 在锅中放入1大勺面粉和1.5大勺黄油, 翻炒至呈褐色, 然后加入1/2杯高汤和1/2杯菠萝汁煮沸制成酱汁。
  2. 将洋葱切成0.8厘米的圈, 平底锅抹上黄油, 将洋葱两面煎至金黄; 青红椒也切圈稍微翻炒。
  3. 将牛排放入烤架上, 撒上盐和胡椒粉, 两面煎熟, 菠萝也两面烤熟。
  4. 在盘子里摆好准备好的配菜, 放上牛排和菠萝, 淋上步骤①的酱汁即可。
- 

## 牛排 (Beef Steak)

### 材料

- 牛排 1塊, 洋蔥 1/2個, 青椒與紅椒各1/2個, 蘋果薄荷, 鳳梨 1片, 奶油 1.5大匙, 麵粉 1大匙, 高湯 1/2杯, 鳳梨汁 1/2杯, 月桂葉, 辣醬, 紅葡萄酒

### 烹調步驟

1. 在鍋中放入1大匙麵粉和1.5大匙奶油, 翻炒至呈褐色, 然後加入1/2杯高湯和1/2杯鳳梨汁煮沸製成醬汁。

2. 將洋蔥切成0.8公分的圈，平底鍋抹上奶油，將洋蔥兩面煎至金黃；青紅椒也切圈稍微翻炒。
  3. 將牛排放入烤架上，撒上鹽和胡椒粉，兩面煎熟，鳳梨也兩面烤熟。
  4. 在盤子里擺好準備好的配菜，放上牛排和鳳梨，淋上步驟①的醬汁即可。
- 

## ビーフステーキ

### 材料

- ステーキ 1枚, 玉ねぎ 1/2個, ピーマン・赤ピーマン 各1/2個, アップルミン  
ト, パインアップル 1切れ, バター 大さじ1.5, 小麦粉 大さじ1, ブイヨン  
1/2カップ, パイナップル果汁 1/2カップ, ローリエ, ホットソース, 赤ワイン

### 作り方

1. 鍋に小麦粉大さじ1とバター大さじ1.5を入れてきつね色になるまで炒め、ブイヨン1/2カップとパイナップル果汁1/2カップを混ぜて煮込み、ソースを作る。
  2. 玉ねぎは0.8cmのリング状に切り、フライパンにバターを引いて両面がきつね色になるように焼き、ピーマンもリング状に切って軽く炒める。
  3. グリルにステーキ1枚をのせ、塩・こしょうを振って両面を焼き、パイナップルも両面を焼く。
  4. 皿に準備した付け合わせを盛り付け、ステーキとパイナップルをのせた後、①のソースをかける。
- 

## Steak de bœuf

## **Ingrédients**

- 1 steak, 1/2 oignon, 1/2 poivron vert et 1/2 poivron rouge, Menthe pomme, 1 tranche d'ananas, 1,5 c. à s. de beurre, 1 c. à s. de farine, 1/2 tasse de bouillon, 1/2 tasse de jus d'ananas, Feuille de laurier, Sauce piquante, Vin rouge

## **Instructions**

1. Dans une casserole, mettez 1 c. à s. de farine et 1,5 c. à s. de beurre, faites sauter jusqu'à coloration dorée, puis mélangez avec 1/2 tasse de bouillon et 1/2 tasse de jus d'ananas et faites bouillir pour faire une sauce.
  2. Coupez l'oignon en anneaux de 0,8 cm, graissez une poêle avec du beurre et faites-les sauter des deux côtés jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Coupez également les poivrons en anneaux et faites-les sauter légèrement.
  3. Placez un steak sur le gril, saupoudrez de sel et de poivre, faites-le cuire des deux côtés, et faites griller l'ananas des deux côtés également.
  4. Disposez la garniture préparée sur une assiette, ajoutez le steak et l'ananas, puis arrosez avec la sauce de l'étape 1.
- 

## **Bistec de res**

### **Ingredientes**

- 1 filete, 1/2 cebolla, 1/2 pimiento verde y rojo cada uno, Menta de manzana, 1 rodaja de piña, 1.5 cdas. de mantequilla, 1 cda. de harina, 1/2 taza de caldo, 1/2 taza de jugo de piña, Hoja de laurel, Salsa picante, Vino tinto

### **Instrucciones**

1. En una olla, coloque 1 cda. de harina y 1.5 cdas. de mantequilla, sofría hasta que se dore, luego mezcle con 1/2 taza de caldo y 1/2 taza de jugo de piña y hierva para hacer una salsa.
  2. Corte la cebolla en aros de 0.8 cm, unte una sartén con mantequilla y dore ambos lados. Corte los pimientos en aros y sófralos ligeramente.
  3. Coloque el filete en la parrilla, espolvoree sal y pimienta, cocine ambos lados y ase la piña por ambos lados también.
  4. Coloque la guarnición preparada en un plato, añade el filete y la piña, y rocíe la salsa del paso 1 por encima.
-

## **Rindersteak**

### **Zutaten**

- 1 Steak, 1/2 Zwiebel, je 1/2 grüne und rote Paprika, Apfelminze, 1 Ananasscheibe, 1,5 EL Butter, 1 EL Mehl, 1/2 Tasse Brühe, 1/2 Tasse Ananassaft, Lorbeerblatt, Scharfe Soße, Rotwein

### **Zubereitung**

1. In einem Topf 1 EL Mehl und 1,5 EL Butter anbraten, bis sie braun werden, dann mit 1/2 Tasse Brühe und 1/2 Tasse Ananassaft vermengen und aufkochen, um eine Soße herzustellen.
  2. Die Zwiebel in 0,8 cm dicke Ringe schneiden, eine Pfanne mit Butter einfetten und von beiden Seiten goldbraun anbraten. Die Paprika ebenfalls in Ringe schneiden und leicht anbraten.
  3. Ein Steak auf den Grill legen, mit Salz und Pfeffer würzen, von beiden Seiten braten und auch die Ananas von beiden Seiten grillen.
  4. Die vorbereitete Garnierung auf einem Teller anrichten, das Steak und die Ananas dazugeben und die Soße aus Schritt 1 darüberträufeln.
- 

## **Bife de Carne Bovina**

### **Ingredientes**

- 1 bife, 1/2 cebola, 1/2 pimentão verde e vermelho cada, Hortelã-maçã, 1 fatia de abacaxi, 1,5 colher de sopa de manteiga, 1 colher de sopa de farinha, 1/2 xícara de caldo, 1/2 xícara de suco de abacaxi, Folha de louro, Molho picante, Vinho tinto

### **Instruções**

1. Em uma panela, coloque 1 colher de sopa de farinha e 1,5 colher de sopa de manteiga, refogue até dourar, depois misture com 1/2 xícara de caldo e 1/2 xícara de suco de abacaxi e deixe ferver para fazer o molho.
2. Corte a cebola em rodadas de 0,8 cm, unte uma frigideira com manteiga e doure ambos os lados. Corte os pimentões em rodadas e refogue levemente.
3. Coloque o bife na grelha, tempere com sal e pimenta, cozinhe de ambos os lados e grelhe o abacaxi de ambos os lados também.
4. Coloque a guarnição preparada em um prato, adicione o bife e o abacaxi, e regue com o molho do passo 1.

---

## **Бифштекс**

### **Ингредиенты**

- 1 стейк, 1/2 луковицы, по 1/2 зеленого и красного болгарского перца, Яблочная мята, 1 кольцо ананаса, 1.5 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. муки, 1/2 стакана бульона, 1/2 стакана ананасового сока, Лавровый лист, Острый соус, Красное вино

### **Способ приготовления**

1. В кастрюле соедините 1 ст. л. муки и 1.5 ст. л. сливочного масла, обжарьте до коричневого цвета, затем добавьте 1/2 стакана бульона и 1/2 стакана ананасового сока, прокипятите, чтобы получился соус.
2. Нарезьте лук кольцами толщиной 0.8 см, смажьте сковороду сливочным маслом и обжарьте с обеих сторон до золотистого цвета. Перец также нарежьте кольцами и слегка обжарьте.
3. Выложите стейк на гриль, посыпьте солью и перцем, обжарьте с обеих сторон, а также обжарьте ананас с обеих сторон.
4. На тарелку выложите подготовленный гарнир, стейк и ананас, затем полите соусом из шага 1.

---

## **Bistik Sapi**

### **Bahan-bahan**

- 1 potong Steak, 1/2 Bawang bombay, 1/2 Paprika hijau & merah masing-masing, Daun mint apel, 1 potong Nanas, 1.5 sdm Mentega, 1 sdm Tepung terigu, 1/2 cangkir Kaldu, 1/2 cangkir Air nanas, Daun salam, Saus pedas, Anggur merah

### **Cara Memasak**

1. Di dalam panci, masukkan 1 sdm tepung terigu dan 1,5 sdm mentega, tumis hingga kecokelatan, lalu campurkan 1/2 cangkir kaldu dan 1/2 cangkir air nanas, didihkan untuk membuat saus.
2. Potong bawang bombay berbentuk cincang/ring 0,8 cm, olesi wajan dengan mentega, panggang bolak-balik hingga kecokelatan, lalu potong paprika menjadi cincin dan tumis sebentar.
3. Letakkan sepotong steak di atas pemanggang, taburi garam dan lada, masak

kedua sisinya, dan panggang juga nanas di kedua sisinya.

4. Letakkan garnish yang sudah disiapkan di piring, tambahkan steak dan nanas, lalu siram dengan saus dari langkah 1.

---

## Bít tét bò

### Nguyên liệu

- 1 miếng bít tét, 1/2 củ hành tây, mỗi loại 1/2 quả ớt chuông xanh và đỏ, Bạc hà tảo, 1 lát dưa, 1.5 thìa canh Bơ, 1 thìa canh Bột mì, 1/2 bát Nước dùng, 1/2 bát Nước ép dưa, Lá nguyệt quế, Sốt cay, Rượu vang đỏ

### Cách chế biến

1. Cho 1 thìa canh bột mì và 1,5 thìa canh bơ vào nồi, đảo đều cho đến khi chuyển sang màu nâu, sau đó trộn với 1/2 bát nước dùng và 1/2 bát nước ép dưa, đun sôi để làm sốt.
2. Hành tây cắt khoanh dày 0,8 cm, phết bơ lên chảo và áp chảo hai mặt cho vàng đều; ớt chuông cũng cắt khoanh và xào sơ qua.
3. Đặt miếng bít tét lên vỉ nướng, rắc muối và tiêu, nướng chín hai mặt, đồng thời nướng dưa vàng đều hai mặt.
4. Bày phần đồ ăn kèm (garnish) đã chuẩn bị lên đĩa, đặt bít tét và dưa lên, sau đó rưới sốt ở bước 1 lên trên.

---

## বিফ স্টেক

### উপকরণ

- ১ টুকরো স্টেক, ১/২টি পেঁয়াজ, প্রতিটি ১/২টি সবুজ ও লাল ক্যাপসিকাম, আপেল মিন্ট, ১ টুকরো আনারাস, ১.৫ টেবিল চামচ মাখন, ১ টেবিল চামচ ময়দা, ১/২ কাপ ব্রথ, ১/২ কাপ আনারাসের রস, তেজপাতা, হট সস, লাল ওয়াইন

**প্রস্তুত প্রণালী** ১. একটি পাত্রে ১ টেবিল চামচ ময়দা ও ১.৫ টেবিল চামচ মাখন দিয়ে বাদামী হওয়া পর্যন্ত ভাজুন, তারপর ১/২ কাপ ব্রথ ও ১/২ কাপ আনারাসের রস মিশিয়ে ফুটিয়ে সস তৈরি করুন। ২. পেঁয়াজ ০.৮ সেমি রিং করে কাটুন, প্যানে মাখন দিয়ে দুই পিঠ সোনালী করে ভেজে নিন এবং ক্যাপসিকামও রিং করে কেটে হালকা ভেজে নিন। ৩. গ্রিলে একটি স্টেক রেখে লবণ ও গোলমরিচ ছিটিয়ে দুই পিঠ সেকেন নিন এবং আনারাসও দুই পিঠ সেকেন নিন। ৪. প্লেটে প্রস্তুত করা গার্নিশ সাজিয়ে তার ওপর স্টেক ও আনারাস রাখুন এবং ধাপ ১-

এর সস ওপর থেকে ঢেলে দিন।

---

## **Bova Steko**

### **Ingrediencoj**

- 1 steko, 1/2 cepo, po 1/2 verda kaj ruĝa papriko, Pomo-mento, 1 tranĉaĵo de ananaso, 1,5 kuleroj da butero, 1 kulero da faruno, 1/2 taso da buljono, 1/2 taso da ananas-suko, Laŭbofolio, Pika saŭco, Ruĝa vino

### **Instrukcioj**

1. En poto, metu 1 kulero da faruno kaj 1,5 kuleroj da butero, stir-fritu ĝin ĝis ĝi bruniĝos, tiam miksu kun 1/2 taso da buljono kaj 1/2 taso da ananas-suko kaj boligu por fari saŭcon.
2. Tranĉu la cepon en ringojn de 0,8 cm, grasu paton per butero kaj rostu ambaŭ flankojn ĝis ili fariĝos orbrunaj. Tranĉu ankaŭ la paprikojn en ringojn kaj malpeze sur-patetu ilin.
3. Metu stekon sur la kradon, ŝprucu salon kaj pipron, kuiru ambaŭ flankojn, kaj rostu la ananasajn tranĉaĵojn ambaŭflanke.
4. Metu la pretigitan garniraĵon sur teleron, aldonu la stekon kaj la ananason, kaj verŝu la saŭcon el la paŝo 1 super ili.

