



비프스테이크스파게티



<https://recipe.io.kr>

비프스테이크스파게티

재료

- 스파게티 150g, 쇠고기(등심) 150g(소금, 후추), 호박 1/2개, 당근 1/2개
- **소스:** 버터 1큰술, 밀가루 1큰술, 케찹 3큰술, 육수 1컵, 소금, 후추, 청·홍 피망 1/2개씩, 양송이 5개, 식용유

조리방법

1. 스파게티국수를 끓는 물에 15분 정도 삶아 부드러워지면 체에 받쳐 물기를 뺀다.
2. 호박과 당근은 긴 타원형으로 깎아 끓는 물에 소금을 넣고 데쳐 팬에 버터를 두르고 살짝 볶아준다.
3. 쇠고기(등심)는 앞·뒤로 칼집을 준 뒤 센 불에 1/3 정도 익으면 뒤집어 소금·후추를 뿌려 속까지 익힌다.
4. 소스팬에 분량의 버터와 밀가루를 넣고 중불에서 타지 않게 갈색으로 볶아 케찹을 넣고 다시 한번 볶아 준 다음 육수를 넣고 걸쭉한 상태가 될 때까지 끓이면서 소금과 후추로 간을 한 다음 굵게 채 썰어 볶아준 청·홍피망과 양송이를 넣고 다시 한번 끓여준다.
5. 완성 접시에 스파게티와 쇠고기를 담고 위에 소스를 얹어 놓고 당근과 호박을 곁들여 낸다.

Beef Steak Spaghetti

Ingredients

- 150g Spaghetti, 150g Beef sirloin (salt, pepper), 1/2 Zucchini, 1/2 Carrot
- **Sauce:** 1 tbsp Butter, 1 tbsp Flour, 3 tbsp Ketchup, 1 cup Broth, Salt, Pepper, 1/2 Green & 1/2 Red bell pepper each, 5 Button mushrooms, Cooking oil

Instructions

1. Boil the spaghetti in boiling water for about 15 minutes until tender, then drain through a colander.
2. Shape the zucchini and carrot into long ovals, blanch in boiling water with salt,

and lightly stir-fry in a pan with butter.

3. Score both sides of the beef sirloin, cook over high heat until about 1/3 done, flip, sprinkle with salt and pepper, and cook through.
 4. In a saucepan, melt the butter and flour, stir-fry over medium heat until browned without burning, add ketchup and stir-fry again, then add the broth and simmer until thickened. Season with salt and pepper, add the julienned and stir-fried green/red bell peppers and button mushrooms, and bring to a boil once more.
 5. Plate the spaghetti and beef on a serving dish, pour the sauce over top, and garnish with the carrots and zucchini.
-

牛排意面 (Beef Steak Spaghetti)

材料

- 意面 150g, 牛里脊肉 150g(盐、胡椒粉), 南瓜 1/2个, 胡萝卜 1/2个
- 酱汁：黄油 1大勺, 面粉 1大勺, 番茄酱 3大勺, 高汤 1杯, 盐, 胡椒粉, 青红椒各1/2个, 口蘑 5个, 食用油

烹调步骤

1. 将意面放入沸水中煮约15分钟至变软，捞出沥干水分。
 2. 南瓜和胡萝卜切成细长的椭圆形，放入加盐的沸水中焯烫，然后用平底锅化黄油稍微翻炒。
 3. 牛里脊肉两面划上花刀，大火煎至约1/3熟时翻面，撒上盐和胡椒粉煎熟。
 4. 在酱汁锅中放入配方量的黄油和面粉，中火炒至呈褐色不糊，加入番茄酱再次翻炒，然后加入高汤煮至浓稠，用盐和胡椒粉调味，放入切粗丝并翻炒过的青红椒和口蘑，再次煮沸。
 5. 在盘中盛入意面和牛排，淋上酱汁，旁边搭配胡萝卜和南瓜即可。
-

牛排義大利麵 (Beef Steak Spaghetti)

材料

- 義大利麵 150g, 牛里肌 150g(鹽、胡椒粉), 南瓜 1/2個, 紅蘿蔔 1/2個
- 醬汁： 奶油 1大匙, 麵粉 1大匙, 番茄醬 3大匙, 高湯 1杯, 鹽, 胡椒粉, 青紅椒各1/2個, 洋菇 5個, 食用油

烹調步驟

1. 將義大利麵放入滾水中煮約15分鐘至變軟，撈出瀝乾水分。
 2. 南瓜和紅蘿蔔削成細長的橢圓形，放入加鹽的滾水中汆燙，然後用平底鍋融化奶油稍微翻炒。
 3. 牛里脊肉兩面劃上刀紋，大火煎至約1/3熟時翻面，撒上鹽和胡椒粉煎熟。
 4. 在醬汁鍋中放入配方量的奶油和麵粉，中火炒至呈褐色且不燒焦，加入番茄醬再次翻炒，然後加入高湯煮至濃稠，用鹽和胡椒粉調味，放入切粗絲並翻炒過的青紅椒和洋菇，再次煮沸。
 5. 在盤中盛入義大利麵和牛排，淋上醬汁，旁邊搭配紅蘿蔔和南瓜即可。
-

ビーフステーキスパゲティ

材料

- スパゲティ 150g, 牛肉(ロース) 150g(塩、こしょう), かぼちゃ 1/2個, にんじん 1/2個
- ソース： バター 大さじ1, 小麦粉 大さじ1, ケチャップ 大さじ3, ブイヨン 1カップ, 塩, こしょう, 青・赤ピーマン 各1/2個, マッシュルーム 5個, 食用油

作り方

1. スパゲティを沸騰したお湯で約15分間茹で、柔らかくなったらざるに上げて水気を切る。

2. かぼちゃとにんじんは長い楕円形に切り、塩を入れた熱湯で茹でてから、フライパンにバターを引いて軽く炒める。
 3. 牛肉(ロース)は表裏に切れ目を入れ、強火で1/3ほど焼けたら裏返し、塩・こしょうを振って中までしっかり火を通す。
 4. ソースパンに分量のバターと小麦粉を入れ、中火で焦げないようにきつね色に炒め、ケチャップを加えてもう一度炒めてから、ブイヨンを入れてとろみがつくまで煮込む。塩とこしょうで味を調え、太めに千切りにして炒めた青・赤ピーマンとマッシュルームを加えてもう一度煮立たせる。
 5. 完成皿にスパゲティと牛肉を盛り付け、上にソースをかけ、にんじんとかぼちゃを添える。
-

Spaghetti au steak de bœuf

Ingrédients

- 150g de spaghetti, 150g de faux-filet de bœuf (sel, poivre), 1/2 courge, 1/2 carotte
- **Sauce:** 1 c. à s. de beurre, 1 c. à s. de farine, 3 c. à s. de ketchup, 1 tasse de bouillon, Sel, Poivre, 1/2 poivron vert et 1/2 poivron rouge, 5 champignons de Paris, Huile de cuisson

Instructions

1. Faites cuire les spaghettis dans de l'eau bouillante pendant environ 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient tendres, puis égouttez-les.
2. Taillez la courge et la carotte en forme ovale, blanchissez-les dans de l'eau bouillante salée, puis faites-les sauter légèrement dans une poêle avec du beurre.
3. Entaillait les deux côtés du faux-filet de bœuf, faites cuire à feu vif jusqu'à ce qu'il soit cuit au tiers, retournez, saupoudrez de sel et de poivre et cuisez jusqu'à ce qu'il soit bien cuit à cœur.
4. Dans une casserole, mélangez le beurre et la farine, faites sauter à feu moyen jusqu'à coloration dorée sans brûler, ajoutez le ketchup et faites sauter à nouveau, puis versez le bouillon et laissez mijoter jusqu'à épaississement. Assaisonnez avec du sel et du poivre, ajoutez les poivrons verts/rouges émincés et les champignons de Paris sautés, et portez à nouveau à ébullition.

5. Dressez les spaghettis et le bœuf sur une assiette, nappez de sauce et accompagnez de carottes et de courge.
-

Espagueti con bistec de res

Ingredientes

- 150g de espagueti, 150g de lomo de res (sal, pimienta), 1/2 calabacín, 1/2 zanahoria
- **Salsa:** 1 cda. de mantequilla, 1 cda. de harina, 3 cdas. de ketchup, 1 taza de caldo, Sal, Pimienta, 1/2 pimiento verde y rojo cada uno, 5 champiñones, Aceite de cocina

Instrucciones

1. Hierve el espagueti en agua hirviendo durante unos 15 minutos hasta que esté tierno, luego escúrrelo en un colador.
 2. Corta el calabacín y la zanahoria en óvalos largos, blanquéalos en agua hirviendo con sal y saltéalos ligeramente en una sartén con mantequilla.
 3. Haz cortes en ambos lados del lomo de res, cocina a fuego alto hasta que esté cocido a un tercio, voltea, espolvorea sal y pimienta, y cocina hasta el centro.
 4. En una cacerola, pon la mantequilla y la harina, sofríe a fuego medio hasta que se dore sin quemarse, añade el ketchup y sofríe de nuevo, luego agrega el caldo y hierve hasta que espese. Sazona con sal y pimienta, añade los pimientos verde/rojo julianizados y los champiñones salteados, y hierve una vez más.
 5. Sirve el espagueti y la carne en un plato, vierte la salsa por encima y acompaña con la zanahoria y el calabacín.
-

Rindersteak-Spaghetti

Zutaten

- 150g Spaghetti, 150g Rinderlende (Salz, Pfeffer), 1/2 Zucchini, 1/2 Karotte
- **Soße:** 1 EL Butter, 1 EL Mehl, 3 EL Ketchup, 1 Tasse Brühe, Salz, Pfeffer, je 1/2 grüne und rote Paprika, 5 Champignons, Speiseöl

Zubereitung

1. Die Spaghetti in kochendem Wasser ca. 15 Minuten weich kochen, dann in einem Sieb abtropfen lassen.
 2. Zucchini und Karotte in lange ovale Formen schneiden, in kochendem Salzwasser blanchieren und in einer Pfanne mit Butter kurz anbraten.
 3. Das Rinderlende auf beiden Seiten einschneiden, bei starker Hitze anbraten, nach ca. 1/3 Garzeit wenden, mit Salz und Pfeffer bestreuen und durchgaren.
 4. In einem Topf Butter und Mehl bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten, Ketchup dazugeben und kurz weiterbraten, dann Brühe hinzufügen und köcheln lassen, bis die Soße eindickt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, die in Streifen geschnittenen Paprika und Champignons dazugeben und nochmals aufkochen.
 5. Spaghetti und Rindersteak auf einem Teller anrichten, die Soße darüber gießen und mit Karotten und Zucchini garnieren.
-

Espagete com Bife

Ingredientes

- 150g de espagete, 150g de contrafilé bovino (sal, pimenta), 1/2 abobrinha, 1/2 cenoura
- **Molho:** 1 colher de sopa de manteiga, 1 colher de sopa de farinha, 3 colheres de sopa de ketchup, 1 xícara de caldo, Sal, Pimenta, 1/2 pimentão verde e vermelho cada, 5 champignon, Óleo de cozinha

Instruções

1. Cozinhe o espagete em água fervente por cerca de 15 minutos até ficar macio, depois escorra em uma peneira.
2. Corte a abobrinha e a cenoura em formatos ovalados longos, escalde em água fervente com sal e salteie levemente em uma frigideira com manteiga.
3. Faça cortes em ambos os lados do contrafilé, cozinhe em fogo alto até assar cerca de 1/3, vire, polvilhe sal e pimenta e cozinhe até o centro.
4. Em uma panela, coloque a manteiga e a farinha, refogue em fogo médio até dourar sem queimar, adicione o ketchup e refogue novamente, depois adicione o caldo e cozinhe até engrossar. Tempere com sal e pimenta, adicione os pimentões verde e vermelho em tiras e os champignons salteados, e deixe ferver mais uma vez.
5. Coloque o espagete e a carne em um prato de servir, regue com o molho por cima e decore com a cenoura e a abobrinha.

Спагетти с бифштексом

Ингредиенты

- Спагетти 150 г, Говядина (вырезка) 150 г (соль, перец), Тыква/цукини 1/2 шт., Морковь 1/2 шт.
- **Соус:** Сливочное масло 1 ст. л., Мука 1 ст. л., Кетчуп 3 ст. л., Бульон 1 стакан, Соль, Перец, Зеленый и красный болгарский перец по 1/2 шт., Шампиньоны 5 шт., Растительное масло

Способ приготовления

1. Отварите спагетти в кипящей воде около 15 минут до мягкости, затем откиньте на дуршлаг и слейте воду.
2. Нарежьте тыкву и морковь длинными овалами, бланшируйте в кипящей подсоленной воде и слегка обжарьте на сковороде со сливочным маслом.
3. Сделайте надрезы с обеих сторон говядины, обжарьте на сильном огне. Когда прожарится примерно на 1/3, переверните, посыпьте солью и перцем и доведите до готовности.
4. В сотейнике соедините сливочное масло и муку, обжарьте на среднем огне до коричневого цвета, добавьте кетчуп и снова обжарьте. Затем влейте бульон и варите до загустения, приправив солью и перцем. Добавьте нарезанные соломкой и обжаренные зеленый/красный перец и шампиньоны, еще раз доведите до кипения.
5. Выложите спагетти и говядину на тарелку, полейте сверху соусом и украсьте морковью и тыквой.

Spaghetti Steak Sapi

Bahan-bahan

- 150g Spaghetti, 150g Daging sapi sirloin (garam, lada), 1/2 Zucchini/Labu, 1/2 Wortel
- **Saus:** 1 sdm Mentega, 1 sdm Tepung terigu, 3 sdm Saus tomat/Ketchup, 1 cangkir Kaldu, Garam, Lada, 1/2 Paprika hijau & merah masing-masing, 5 buah Jamur champignon/merang, Minyak goreng

Cara Memasak

1. Rebus spaghetti dalam air mendidih selama sekitar 15 menit hingga empuk, lalu tiriskan menggunakan saringan.
 2. Potong zucchini dan wortel berbentuk oval panjang, rebus sebentar (blansir) dalam air mendidih bergaram, lalu tumis sebentar di wajan dengan mentega.
 3. Sayat kedua sisi daging sapi sirloin, masak dengan api besar. Ketika sudah matang sekitar 1/3 bagian, balikkan, taburi garam dan lada, lalu masak hingga matang sampai ke dalam.
 4. Di dalam panci saus, masukkan mentega dan tepung terigu, tumis dengan api sedang hingga berwarna kecokelatan tanpa gosong, masukkan saus tomat dan tumis kembali. Tambahkan kaldu, masak hingga mengental sambil dibumbui garam dan lada. Masukkan paprika hijau/merah yang telah diiris memanjang dan ditumis bersama jamur, lalu didihkan sekali lagi.
 5. Letakkan spaghetti dan daging sapi di piring saji, siram saus di atasnya, serta sajikan bersama wortel dan zucchini.
-

Mì Ý sốt bít tết bò (Beef Steak Spaghetti)

Nguyên liệu

- 150g Mì Ý, 150g Thịt thăn bò (muối, tiêu), 1/2 Quả bí ngô/bí ngò, 1/2 Củ cà rốt
- **Sốt:** 1 thìa canh Bơ, 1 thìa canh Bột mì, 3 thìa canh Tương cà (Ketchup), 1 bát Nước dùng, Muối, Tiêu, Mỗi loại 1/2 quả Ớt chuông xanh và đỏ, 5 cái Nấm mỡ, Dầu ăn

Cách chế biến

1. Luộc mì Ý trong nước sôi khoảng 15 phút đến khi mềm thì vớt ra rửa sạch nước.
 2. Cắt bí ngô và cà rốt thành hình bầu dục dài, chần qua nước sôi có pha chút muối rồi cho vào chảo phi bơ xào sơ qua.
 3. Khứa nhẹ hai mặt miếng thịt thăn bò, nướng/áp chảo trên lửa lớn. Khi chín khoảng 1/3 thì lật mặt, rắc muối và tiêu rồi nấu chín tới bên trong.
 4. Cho bơ và bột mì vào nồi nấu sốt, đảo đều trên lửa vừa cho đến khi chuyển sang màu nâu mà không bị cháy, cho tương cà vào xào lại, sau đó đổ nước dùng vào đun cho đến khi sệt lại. Nêm muối và tiêu, thêm ớt chuông xanh/đỏ thái sợi đã xào cùng nấm mỡ vào, đun sôi lại một lần nữa.
 5. Bày mì Ý và thịt bò ra đĩa, chan sốt lên trên và trang trí kèm cà rốt, bí ngô.
-

বিফ স্টেক স্পেগেটি

উপকরণ

- ১৫০ গ্রাম স্পেগেটি, ১৫০ গ্রাম গরুর মাংসের সার্লয়েন (লবণ, গোলমরিচ), ১/২ জুকিনি/লাউ, ১/২ গাজর
- **সস:** ১ টেবিল চামচ মাখন, ১ টেবিল চামচ ময়দা, ৩ টেবিল চামচ কেচাপ, ১ কাপ ব্রথ (ঝোল), লবণ, গোলমরিচ, ১/২টি সবুজ ও লাল ক্যাপসিকাম করে কাটা, ৫টি বোতাম মাশরুম, রান্নার তেল

প্রস্তুত প্রণালী ১. ফুটন্ত পানিতে প্রায় ১৫ মিনিট ধরে স্পেগেটি সেদ্ধ করুন যতক্ষণ না এটি নরম হয়, এরপর ছাঁকনিতে পানি ঝাড়িয়ে নিন। ২. জুকিনি ও গাজর দীর্ঘ ডিম্বাকৃতি করে কেটে লবণযুক্ত ফুটন্ত পানিতে ভাপিয়ে নিন এবং প্যানে মাখন দিয়ে হালকা ভেজে নিন। ৩. গরুর মাংসের সার্লয়েনের দুই পাশে দাগ কেটে উচ্চ আঁচে রান্না করুন। প্রায় ১/৩ অংশ ভাজা হলে উল্টে দিন, লবণ ও গোলমরিচ ছিটিয়ে ভেতর পর্যন্ত ভালো করে সেকেন নিন। ৪. সসপ্যানে পরিমাণমতো মাখন ও ময়দা দিয়ে মাঝারি আঁচে বাদামী করে ভাজুন (যেন পুড়ে না যায়), কেচাপ দিয়ে আবার ভাজুন, এরপর ব্রথ দিয়ে ঘন হওয়া পর্যন্ত ফুটিয়ে নিন। লবণ ও গোলমরিচ দিয়ে স্বাদমতো নিন, এরপর লব্ধা করে কাটা ও ভাজা সবুজ/লাল ক্যাপসিকাম এবং মাশরুম দিয়ে আরও একবার ফুটিয়ে নিন। ৫. পরিবেশন প্লেটে স্পেগেটি ও গরুর মাংস রাখুন, ওপরে সস ঢেলে দিন এবং গাজর ও জুকিনি দিয়ে সাজিয়ে পরিবেশন করুন।

Bova Steko Spageto

Ingrediencoj

- 150g Spageto, 150g Bova surloyno (salo, pipro), 1/2 Kukurbeto, 1/2 Karoto
- **Saŭco:** 1 kulero da butero, 1 kulero da faruno, 3 kuleroj da keĉupo, 1 taso da buljono, Salo, Pipro, po 1/2 verda kaj ruĝa papriko, 5 ĉampinjonoj, Manĝoleo

Instrukcioj

1. Boligu la spageton en bolanta akvo dum ĉirkaŭ 15 minutoj ĝis ĝi moliĝos, tiam drenu ĝin per kribriilo.
2. Tranĉu la kukurbeton kaj karoton en longajn ovalojn, blanĉu ilin en bolanta akvo kun salo, kaj malpeze sur-patetu ilin per butero.
3. Faru tranĉetojn ambaŭflanke de la bova surloyno, kuiru super forta fajro ĝis ĝi estas ĉirkaŭ 1/3 kuirita, turnu, ŝprucu salon kaj pipron, kaj kuiru ĝin plene ĝis la interno.
4. En kaserolo, metu buteron kaj farunon, stirtu per meza fajro ĝis bruna sen

bruligi, aldonu keĉupon kaj ree stirtu, tiam aldonu la buljonon kaj boligu ĝis densiĝo. Spicu per salo kaj pipro, aldonu la striigitajn kaj frititajn verdajn/ruĝajn paprikojn kaj ĉampinjonojn, kaj ree boligu.

5. Surmetu la spageton kaj la bovandekon sur teleron, verŝu la saŭcon supre, kaj garnu per la karotoj kaj kukurbeto.

