

Przepisy



Grillowana karkówka z musztardą i tzatzikami



10 min + smażenie 20 min



4 os.



480 kcal/os.



5,40 zł/os.

Lista zakupów

- karkówka - 400 g
- ziemniaki - 1 kg
- sos czosnkowy – ½ szklanki
- przyprawa do grilla - 1 łyżka
- przyprawa do sosu tzatziki - 1 opak.
- musztarda - 1 opak.
- goździk - 6 szt.
- świeża mięta - 1 pęczek
- ogórek zielony - 2 szt.
- oliwa - 2 łyżki
- pieprz - 1 łyżka
- sól

Krok 1.

Mięso pokrój w plastry o grubości ok. 1 cm. W misce wymieszaj musztardę, oliwę, przyprawę do grilla, goździki i pieprz.



Krok 2.

Pokrojone mięso włóż do miski z marynatą i dokładnie wymieszaj. Odstaw na kilka minut.



Krok 3.

Przygotuj sos tzatziki. Ogórka zetrzyj na tarce. Posiekaj miętę. Wszystkie składniki wymieszaj z sosem czosnkowym oraz przyprawą.



Krok 4.

Umyte, nieobrane ziemniaki pokrój na ćwiartki. Dopraw solą i pieprzem. Ułóż na ruszcie i grilluj razem z zamarynowanym wcześniej mięsem do momentu, gdy uzyskają odpowiednią miękkość. Na talerz połóż plaster karkówki, obok mięsa podaj upieczone ziemniaki, serwuj razem z tzatzikami. Smacznego!

