

Przepisy



Grillowana łopatką z sosem barbecue



20 min. + grillowanie 20 min.



4 os.



480 kcal/os.



3,80 zł/os.

Lista zakupów

- łopatką wieprzowa - 800 g
- cebula - 2 szt.
- masło - 3 łyżki
- czosnek - 3 ząbki
- ketchup - 3 łyżki
- sos sojowy - 1 łyżka
- miód - 1 łyżka
- ocet winny biały - 2 łyżki
- musztarda - 1 łyżka
- papryka czerwona mielona - 0,5 łyżeczki
- sól - 1 łyżeczka
- pieprz - 1 łyżeczka
- ulubione pieczywo - 4 kromki
- starty ser żółty - 150 g

Krok 1.

Mięso umyj i osusz. Podziel na porcje.



Krok 2.

Cebulę obierz, pokrój w drobną kostkę i zeszklij na 1 łyżce masła. Wymieszaj z przeciśniętymi przez praskę 2 ząbkami czosnku, ketchupem, sosem sojowym, miodem, octem winnym i musztardą. Dopraw do smaku solą, pieprzem i czerwoną papryką.



Krok 3.

W 1/3 sosu obtocz mięso. Grilluj na rozgrzanym ruszcie ok. 20 minut, co jakiś czas obracając mięso i smarując je sosem.



Krok 4.

2 łyżki masła wymieszaj z 1 zębkiem czosnku przeciśniętym przez praskę, dopraw do smaku solą i pieprzem. Kromki pieczywa posmaruj masłem, posyp startym serem. Grilluj, aż ser się rozpuści. Podgrzej pozostały sos. Kawalki mięsa podawaj polane ciepłym sosem z pieczywem czosnkowym. Smacznego!

