

Karczek w marynacie z musztardy francuskiej



ANNA169HOSZ



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

marynata

Musztarda francuska Prymat	2 łyżki
sos sojowy	2 łyżki
miód płynny	1 łyżeczka
Imbir mielony Prymat	1 szczypta
olej	1 łyżka
sól do smaku	

mięso

karkówka	60 dkg
-----------------	--------

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso umyć a następnie pokroić w plastry. Umieścić w szklanym naczyniu, zalać sosem sojowym, dodać musztardę, miód, olej oraz imbir. Posolić i przemieszać wszystko razem, aby marynata równomiernie osiadła na karczku. Trzymać w lodówce pod przykryciem ok. 6 godzin. Przed smażeniem, korzystając z tłuczka, lekko mięso rozbić. Grillować ok. 3 minut z każdej strony.