

Karkówka marynowana



A_KA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Marynata

oliwa	1/2 szklanki
czosnek ząbki	6 sztuk
cebula	1 srednia
sok z cytryny	2 łyżki
Zioła prowansalskie suszone Prymat	2 łyżki
Papryka ostra mielona Prymat	2 łyżeczki
pieprz	do smaku
Kucharek przyprawa uniwersalna	do smaku

mięso

karkówka wieprzowa	5 plastrów
---------------------------	------------

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Marynata: Do miski dać oliwę z oliwek wymieszać z papryką, ziołami, pieprzem, Kucharkiem i dobrze wymieszać. Cebulę drobniutko posiekać, czosnek przecisnąć przez praszkę, wymieszać z oliwą.

Delikatnie rozbitą karkówkę marynować przez 12 godzin w lodówce, najlepiej w zamkniętym pojemniku.

Smażyć na grilu z obydwu stron na złoty kolor.