

KARKÓWKA Z GRILLA



BEATA80



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kotlet zbijamy pięścią (nie używamy tłuczka, bo mięso będzie za suche). Z miodu, sosu sojowego, soku z cytryny i przypraw pryamat (do karkówki, pieprzu, majeranku i soli) robimy zalewę. Mięso powinno poleżeć w niej co najmniej 2 godziny. Po wyjęciu z zalewy układamy je na dobrze rozgrzanym grillu i pieczemy w zależności od grubości i upodobań od 5 do 8 minut na stronę. Dzięki dodaniu miodu karkówka nabierze pięknego, złotego koloru.