

Marynowane grillowane jarzyny z serem feta - Krok po kroku



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kolorowych papryk	5 sztuk
cukinia	1 sztuka
bakłażan	1 sztuka
cebula	1 sztuka
pomidory bez skóry	3 sztuki
cytryna	1 sztuka
oliwy z oliwek	0,5 szklanki
oliwki czarne Smak	10 sztuk
oliwki zielone Smak	10 sztuk
Grill - przyprawa ziołowa	
sól czosnkowa Prymat	
krem chrzanowy Smak	do smaku
Party Dip Meksykański	do smaku
ketchup	6 łyżek
feta	100 g

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

KROK 1 Przygotować wszystkie składniki

- KROK 2 Wszystkie jarzyny dokładnie umyć i osuszyć. Bakłażana i cukinię pokroić w ukośne plastry, skropić sokiem z cytryny i lekko oprószyć solą czosnkową.
- KROK 3 Oliwę z oliwek wymieszać z przyprawą grill ziołowy Prymat i odrobiną soku z cytryny. Tak przygotowaną marynatą zalać wszystkie warzywa i odstawić je na ok. 2 godziny.
- KROK 4 Na rozgrzanym grillu usmażyć cebulę i kolorowe papryki, a następnie dodać cukinię i bakłażana. Podczas pieczenia warzywa regularnie podlewać pozostałą marynatą.
- KROK 5 Warzywa doprawić do smaku solą i pieprzem, podawać z pokruszonym serem feta i oliwkami.

Uwaga! Jarzyny powinniśmy grillować krótko, aby pozostały chrupiące, pełnowartościowe i bogate w witaminy.

Podawać z Party Dip, np. meksykańskim i Kremem chrzanowym!