

## Karkówka z grila



**DANUSIA19671**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

#### sos

<b>kolendra</b>	0,5 pęczka
<b>sok z cytryny</b>	20 ml
<b>sok z pomarańczy</b>	20 ml
<b>orzeszki ziemne solone</b>	100 g
<b>jogurt naturalny</b>	100 ml
<b>kurkuma</b>	ćwierć łyżeczki
<b>karkówka</b>	150 wieprzowa bez kości

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Sos

cebulę obrać, posiekać, dodać pozostałe składniki, przyprawy i dokładnie wymieszać. Mięso pobić tłuczkiem, wymieszać z sosem i odstawić do lodówki na 1/2 godz. Posiekać drobno orzeszki i wymieszać je z jogurtem, sosem sojowym, kurkumą i sokami. Doprawić solą. Kolendrę posiekać. Mięso grillować 20 minut, podawać posypaną kolendrą.