

# Grillowana karkówka w miodowo- musztardowej marynacie



## DORADCA SMAKU



CZAS PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ PORCJI  
3 - 4

## SKŁADNIKI

### Składniki

<b>karkówka</b>	700 g
<b>musztarda sarepska</b>	2 łyżki
<b>musztarda francuska</b>	1 łyżka
<b>miód</b>	2 łyżki
<b>cebula suszona</b>	2 łyżeczki
<b>papryka słodka mielona</b>	1/2 łyżeczki
<b>oliwa z oliwek</b>	5 łyżek
<b>czosnek</b>	4 ząbki
<b>Karkówka klasyczna</b>	1 łyżka

### Do smaku:

**Sól morską jodowaną gruboziarnistą**

**pieprz kolorowy ziarnisty**

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Wszystkie składniki na marynatę dokładnie wymieszać. Mięso umyć, osuszyć i pokroić w plastry o grubości 1 centymetra. Mięso zalać marynatą, przykryć naczynie i odstawić na całą noc do lodówki. Plastry karkówki grillować po ok. 12-15 minut z każdej strony od czasu do czasu smarować pozostałą marynatą.