

## Grillowany łosoś w miodowo- musztardowej marynacie



### DORADCA SMAKU



CZAS PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ PORCJI  
5+

## SKŁADNIKI

### Składniki:

<b>łosoś filet</b>	6 sztuk
<b>musztarda sarepska</b>	3 łyżki
<b>musztarda francuska</b>	2 łyżki
<b>miód</b>	80 gramów
<b>pomarańcza</b>	sok z 1/2
<b>czosnek</b>	4 ząbki
<b>sos sojowy</b>	2 łyżki
<b>tymianek</b>	1 łyżeczka
<b>olej rzepakowy</b>	

### Do smaku:

<b>Sól morską jodowaną gruboziarnista</b>	do smaku
<b>pieprz czarny mielony</b>	do smaku

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety z łososia wypłukać, oczyścić oraz przyprawić pieprzem i odrobiną soli. W misce połączyć miód, sos sojowy, olej, musztardę sarepską i francuską oraz sok z połowy pomarańczy. Dodać przeciśnięty przez praskę czosnek i tymianek oraz dokładnie wymieszać marynatę. Tak przygotowaną marynatą zalać łososia i wstawić do lodówki na ok. 1-2 godziny. Po tym czasie grillować łososia skórą do góry po ok. 4 minuty z każdej strony. Podawać z grillowanymi warzywami i świeżymi ziołami.