

## grilowana karkówka



**PAWEL007**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>olej</b>	10 łyżek
<b>musztarda</b>	4 łyżki
<b>przyprawa na grila.</b>	
<b>karkówka</b>	1 bez kości

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

przyprawę połączyć z olejem i musztardą. karkówkę pokroić w plastry, lekko rozbić tłuczkiem i przełożyć do marynaty, dokładnie połączyć i pozostawić w woreczku na ok 60 min. wyjąć z marynaty i ułożyć na tacce, na rozgrzanym ruszcie. piec około 15-20 min.