



Vepřová krkovička v pивní marinádě

Ingredience

- 750 g vepřová krkovička
- 2 lžíce olivový olej
- 1 lžička MAGGI Tekuté koření
- 1 stroužek česnek
- 1 dl pivo
- 1 lžíce med
- 2 lžíce hořčice
- 2 lžičky rozmarýn
- 1 špetka sůl
- 1 špetka černý pepř
- 4 lžíce majonéza
- 1 lžička citronová šťáva
- 1 lžíce hořčice
- 1 lžíce med

Postup

1. Nejdříve si připravte marinádu. Do mísy dejte olivový olej, hořčici, česnek, černé pivo, med, rozmarýn a MAGGI Tekuté koření. Vše důkladně promíchejte a dochuťte solí a pepřem.
2. Vepřovou krkovičku nakrájejte na asi 2 cm silné plátky. Dejte je do uzavíratelné nádoby, ve které se budou marinovat, a zalijte připravenou marinádou. Nechte je v chladničce odpočívat nejméně 2 hodiny.
3. Steaky pečte z obou stran na rozpáleném grilu. Po ohrilované nechte maso ještě několik minut odpočívat, až potom ho začněte krájet.
4. V misce si připravíme medově-hořčičný dip smícháním všech ingrediencí. Podle chuti dochutíme citronovou šťávou, solí a pepřem.
5. Hotové steaky podávejte s medově-hořčicovým dipem a grilovanou zeleninou nebo pečivem.

145 Méně

4

Sacharidy	9.73 G
Energie	551.59 kcal
Tuky	39.61 G
Protein	37.86 G