

# Grillowana karkówka w keczupie

Autor: **Anika1**Przepisów: **112** Ocena: **2789**

3-4 os.



&gt; 60 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- 4 plastry karkówki
- 4 łyżki pikantnego keczupu
- 1 łyżka musztardy
- 2 łyżki oleju
- 2 ząbki czosnku
- 1 łyżka majeranku
- pół łyżeczki słodkiej mielonej papryki
- sól
- pieprz

## Sposób przygotowania:

- 1 Karkówkę myjemy, osuszamy i każdy plaster rozbijamy nieco tłuczkiem z obu stron

Mięso solimy i pieprzymy i odstawiamy na ok 1/2 godziny do lodówki

Z keczupu, musztardy, oleju, przeciśniętego przez praskę czosnku, majeranku i papryki robimy marynatę i obtaczamy w niej kawałki mięsa. Ponownie odstawiamy do lodówki na ok 1 godzinę

Następnie mięso grillujemy z każdej strony po ok 10 minut

Podajemy z musztardą, pieczywem i ulubioną surówką



Twoje notatki do przepisu: