

Špízy z mladých cibulí

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Červená cibule 3 ks
- Bílá cibule 3 ks
- Sůl 1 ks
- Žampiony 300 g
- Jehněčí maso 400 g
- Olivový olej 3 lžíce
- Černý mletý pepř 1 ks
- Kuskus 2 hrnek
- Vroucí voda 2 hrnek
- Bílý jogurt 200 g
- Máta stonek 1 ks
- Limetka 1 ks
- Chilli omáčka 1 ks
- Hořčice 1 ks

Doba přípravy: 65 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Grilování

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Cibule oloupejte, nakrájejte na silnější měsíčky, naložte do ledové osolené vody a nechte je v ní asi 20 minut odležet. Žampiony nasolte a nechte také odpočinout. Jehněčí maso nakrájejte na tenké plátky a ty potom na proužky. Napíchejte je na jehly. Potřete olejem, osolte, opepřete. Cibule i

žampiony napíchejte na špejle, potřete olejem. Rozpalte gril. Na gril vyrovnejte nejdřív špízy s cibulemi a žampiony a grilujte asi 8 minut. Pak na gril naskládejte také jehly s jehněčím a vše společně grilujte ještě asi 4 minuty. Kuskus zalijte horkou vodou. Nakypřete vidličkou a nechte zakrytý nabobtnat. Bílý jogurt smíchejte s nasekanou mátou a špetkou soli, zakápněte limetkou. Servírujte kuskus se špízy z cibulí a žampionů a jehly jehněčího. Přidejte mátový jogurt, chilli omáčku a hořčici.