

Grilovaný chřest

Kategorie: [Přílohy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- česnek 1 stroužek
- zelený chřest 1 svazek
- **podle chuti**
- olivový olej 1 ks
- citron 1 ks
- sůl 1 ks
- čerstvé bylinky 1 ks

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Grilování

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Stonky chřestu omyjeme, odkrojíme asi 2 cm od konce a necháme asi 3 - 4 minuty povařit ve vroucí osolené vodě. Povařený chřest ihned přendáme pod tekoucí vodu (oblanšírujeme).

Olivový olej promícháme se lžičkou citronové šťávy a nasekanými čerstvými bylinkami a prolisovaným česnekem. Přidáme i trochu soli.

Chřest rozložíme na rozpálený gril a grilujeme cca 2 minuty z každé strany. Chřest průběžně potíráme ochuceným olejem.

Hotový grilovaný chřest je výbornou přílohou k pečenému masu, rybám i sýru.

