

Grilovaná makrela na vietnamské zelenině

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- bílé víno 1 dl
- vietnamská zelenina 1 sklenice
- makrela 1 ks
- olivový olej 1 lžíce
- plnotučná hořčice 1 lžíce
- slunečnicový olej 2 lžíce
- **podle chuti**
- sladká paprika 1 ks
- koření na gril 1 ks
- kari 1 ks
- mletý černý pepř 1 ks
- **podle potřeby**
- sůl 1 ks

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Grilování

Země: Vietnam

Počet porcí: 1

Postup:

Do misky nalijeme slunečnicový olej, olivový olej, víno. Přidáme sůl, pepř, hořčici, sladkou papriku, koření na gril a kari. Smícháme.

Připravíme si alobal, na něj dáme makrelu přelijeme marinádou a navrch přesypeme zeleninou,

kterou přecedíme.

Makrelu dobře zabalíme do alobalu a grilujeme, dokud nebude zcela propečená a měkká.

Grilovanou makrelu podáváme se zeleninovým salátem.