АНТРЕКОТ И ОВОЩИ НА ГРИЛЕ

Я так резво начала рекламировать свой любимый антрекот “foodworks”, что теперь частенько его не нахожу в «Метро»!
Готовим его дома на сковороде, а теперь наловчились и на гриле!

Мариную антрекот так:

Обязательно он должен быть не холодный! Рапсовое масло Organico, ворчестерширский соус и все! Солить во время жарки по поджаренной стороне, иначе выйдут все соки. В маринаде ему достаточно полежать полчаса.

Овощи перед жаркой на гриле тоже маринуем в рапсовом масле, чесноке и соли.
Спаржу я отварила до полу-готовности.

Нужен очень хороший жар! Когда одна сторона подрумяниться, переворачиваем, солим и можно на каждый кусочек положить смесь сливочного масла, чеснока и тимьяна, а можно такую смесь положить уже на готовое мясо.

Готовое мясо выкладываем в емкость с лавашем

и укрываем.

sifood.com.ua - Антрекот и овощи на гриле