

Jehněčí maso s citrónem a tymiánem



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 25min , Porce: 6

33 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/jehnecki-maso-s-citronem-a-tymianem>

Příprava

Jehněčí kotlety rozdělíme na jednotlivé porce podle kostí. Potřeme je citrónovou šťávou a kůrou, tymiánem a prolisovaným česnekem. Necháme 15 minut marinovat. Řecký jogurt promícháme s citrónovou šťávou a tymiánem. Jehněčí kotlety vyjmeme z marinády, potřeme je jogurtovou směsí a grilujeme asi 15 minut.



Tip k receptu

Podáváme s humusem, pita chlebem a čerstvým salátem.



Ingredience

- ✓ 500 g jehněčí kotlety
- ✓ 200 g řeckého jogurtu
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 2 citróny
- ✓ 3 lžičce tymiánu (Mateřídouška obecná)

Kategorie

Velikonoce, Výjimečný den, Obyčejný den, Řecká, Bezlepková, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Něco extra, Hlavní chod