

Krkovička namarinovaná v česneku a citrónové šťávě



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 1dní 0h 10min , Čas vaření: 10min

Celkový čas: 1dní 0h 20min , Porce: 4

584 kalorií , **0 g** cukrů , **60 g** tuků , **2 g** bílkovin

Autor: Vera

Odkaz: <https://srecepty.cz/krkovicka-namarinovana-v-cesneku-a-citronove-stave>

Příprava

Česnek očistíme a prolisujeme. Rozmícháme ho v trošce oleje smíchaném s citrónovou šťávou. Touto marinádou potřeme omyté a osušené kotlety a necháme uležet v chladu do druhého dne. Pak maso vyjmeme, nasolíme a opepříme a zprudka orestujeme na pánvi. Necháme cca 10 minut dopéci v troubě na grilu.

Tip k receptu

Pokud máte grilovací pánev, můžete krkovičku grilovat až do konce na ní. Příloha byla krupoto, které je součástí souvisejících receptů.

Ingredience

- 3 stroužky česneku (větší)
- 4 plátky vepřové krkovice
- rostlinný olej
- 1 lžíce citrónové šťávy
- citrónový nebo normální pepř
- sůl

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

