



Tekst i zdjęcie: **KutakNaOtro** - Złoty Szeff Kuchni (4246)

Marynata grilowa do cieleciny

Marynujemy mięso pokrojone na kotlety 24 godziny.

Czas przygotowania: do 15 min

Stopień trudności: Łatwe

Pora dnia: Obiad

Sposób przygotowania: grillowane

Liczba porcji: więcej

na grilla

Składniki:

- sos worcestershire, 2 łyżk.
- chilli, 1 szt.
- sok pomarańczowy, 0.5 szkl.
- oliwa z oliwek, 0.5 szkl.
- skórka pomarańczowa, 2 łyżk.

Sposób przygotowania:

Oliwę z oliwek mieszamy z startą skórką pomarańczową(wcześniej sparzoną) i sokiem pomarańczowym. Do tego bierzemy jedną papryczkę chilli pozbywamy ją pestek i kroimy na drobno. Dodajemy do marynaty i doprawiamy sosem sojowym lub najlepiej Worcester jeśli mamy.

