



Првомајска скара

Фичо ќе ни покаже како да подготвиме малку поинаква Првомајска скара, со месо во маринада и извонредна салатата.



Вид на оброк: **Ручек**

Комплексност: **Лесно**

Број на лица: **4 лица**

Време на подготовка: **30-60 минути**

Состојки:

За МАРИНАДА ќе ви треба:

- кора од 1 портокал
- чили (во вкус)
- 1 ½ лажичка црвен пипер
- 1 ½ лажичка
- сенф
- 3 лажичи мед
- 3 лажичи кечап
- 1 лажича маслиново масло и на крај
- сол и бибер

Ќе ви треба и:

- 500 грама пилешки стек
- марула
- рукола
- црвена зелка
- зелено јаболко
- ореви и суво грозје
- рокфорд сирење
- маслиново масло
- балсамико оцет

Чекор 1

Во длабок сад измешајте ги состојките за маринадата и додадете го пилешкото месо да отстои. Најдобро е преку ноќ.

Чекор 2

Марулата, руколата и зелката исечкајте ги ситно и измешајте ги. Зеленото јаболко исечете го на тенки парчиња и додадете го во салатата. Додадете ги и оревите и сувото грозје. Ставете мали парчиња рокфорд сирење и на крај зачинете со маслиново масло и балсамико оцет.

Чекор 3

Грил тавата ставете ја да се згрее. Кога е добро загреана ставете го пилешкото месо да се приготвува. Превртувајте го почесто и доколку забележите дека се засушува, премачкајте го со маринадата.



Чекор 4

Сервирајте.

Совет

Оваа маринада се вклопува со секоја скара, па може да ја користите и за свинско месо, или пак, риба.

Користени производи:



Делициа Грил тава



Ти благодариме што си дел од МоиРецепти заедницата.
Испрати го твојот омилен рецепт на www.moirecepti.mk