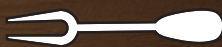




i tylko gotuj

Idealne Przepisy **GRILL**





Smak przygotowanych dań z grilla będzie wyjątkowy,
jeśli sięgniesz po produkty Vegeta i Podravka!

Pasty warzywne Podravka to pyszne dodatki do dań, bez konserwantów. Idealnie smakują do pieczonego mięsa, kiełbasek i wielu dań z grilla.

AJVAR to pasta warzywna stworzona wyłącznie na bazie naturalnych składników: papryki, bakłażanów i przypraw.

RELISH to idealny dodatek do dań na bazie ogórków z czerwoną papryką, pomidorami, cebulą i przyprawami.

PINDŹUR to doskonałe połączenie czerwonej papryki, pomidorów, bakłażanów, cebuli i starannie dobranych przypraw.

PAPRYKA W MUSZTARDZIE to unikalne połączenie papryki z musztardą oraz cebulą i przyprawami.





i tylko gotuj

Pasty warzywne to:

produkty bez konserwantów

produkty, które nie zawierają glutenu

produkty odpowiednie dla **wegetarian i wegan**

oryginalna receptura i **chorwackie** pochodzenie

wysoka jakość warzyw dojrzewających w słońcu południowej Europy

idealne uzupełnienie dań o każdej porze roku,
a w szczególności w **sezonie grillowym**

doskonałe dodatki do potraw mięsnych i warzywnych, dań z grilla,
zapiekanek, gulaszów, sosów, kanapek, tostów i sałatek





Grillowany łosoś z Pindzurem



Składniki:

- 2 filety z łososia (ok. 300 g)
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka **Vegety do dań z ziemniaków**
- 1 łyżeczka **Vegety Grill Classic**
- 1 cytryna
- 4 duże ziemniaki
- 1 stoik **Pindzur Podravka**

Przygotowanie:

1. Ziemniaki pokroić w ćwiartki i gotować w wodzie z dodatkiem **Vegety** przez 15 minut. Odcedzić, skropić 1 łyżką oliwy. Wyłożyć na tackę i grillować na rozgrzanym ruszcie, aż będą miękkie.

2. Pozostałą oliwę wymieszać z **Vegetą Grill Classic** i startą skórką z cytryny, a następnie posmarować filety z łososia. Rybę grillować 4-5 minut z każdej strony.
3. Przed podaniem skropić sokiem z cytryny.
Podawać z **Pindzurem Podravka**.



i tylko gotuj

Ćevapi z grilla po chorwacku

Składniki:

- mielona wołowina lub baranina 750 g
- 2 cebule czerwone 1 jajko
- 1 kromka chleba lub 1 butka
- 2 duże butki ciabatta
- 1 łyżka **Vegety Grill Classic**
- Ajvar ostry Podravka**

Przygotowanie:

- Jedną cebulę drobno posiekać. Kromkę chleba lub butkę namoczyć w 50 ml wody.
- Mięso włożyć do miski, dodać cebulę, jajko i wyciśniętą z wody kromkę chleba lub butkę. Całość wymieszać i przyprawić **Vegetą**.
- Z mięsa formować ćevapi, czyli podłużne klopsiki o długości ok. 5-7cm.
- Mięso grillować 10-15 min., co jakiś czas obracając. Dla wygody grillowania ćevapi można nadziewać na patyczki do szaszłyków.
- Ciabatty podgrzać krótko w piekarniku, a następnie przekroić wzdłuż i ułożyć na talerzu. Na każdą butkę położyć grillowane ćevapi. Podawać z **Ajvarem** i cebulą pokrojoną w talarki.





Sałatka z grillowanym kurczakiem i Papryką w musztardzie



Składniki:

- 4 piersi kurczaka
- 140 g fasolki szparagowej
- 4 garście liści szpinaku baby
- 1 łyżka białego octu winnego
- 2 łyżki **Papryki w musztardzie Podravka**
- 1 łyżeczka **miodu lipowego Podravka**
- 1 łyżka **Vegety Grill Classic**
- 6 łyżek oliwy z oliwek

Przygotowanie:

- 4 łyżki oliwy wymieszać z **Vegetą Grill Classic** i poleć mięso, następnie grillować około 10 minut, obracając co jakiś czas.
- Fasolkę szparagową ugotować, odcedzić i ostudzić. Następnie przełożyć do miski i wymieszać z liśćmi szpinaku.
- Przygotować dressing: oliwę z oliwek wymieszać z octem, **miodem i Papryką w musztardzie Podravka**.
- Warzywa poleć dresingiem i podawać z kurczakiem w plastrach oraz z **Papryką w musztardzie Podravka**.





i tylko gotuj

Szaszłyki z nutą rozmarynu

Składniki:

- 250 g rostbefu
- 2 piersi kurczaka
- 1 cukinia
- 1 zielona, 1 czerwona, 1 żółta papryka
- 2 czerwone cebule
- Ajvar ostry Podravka
- Relish Podravka
- Papryka w musztardzie Podravka
- Pindzur Podravka
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 2 łyżki miodu wielokwiatowego Podravka
- 2 łyżki Vegety Grill Classic
- gałązki rozmarynu lub patyczki

Przygotowanie:

1. W miseczce wymieszać oliwę, **miód Podravka** i **Vegetę Grill Classic**. Warzywa oraz mięso pokroić na kawałki.
2. Z gałązek rozmarynu usunąć część liści, a następnie nadziewać na przemian mięso i warzywa.
3. Każdy szaszłyk połać marynatą i grilować 10-15 minut, obracając co jakiś czas.
4. Szaszłyki podawać z **Pindzurem**, **Ajvarem**, **Relishem** i **Papryką w musztardzie**.





Grillowane warzywa z ziołami



Składniki:

- 1 żółta, 1 czerwona, 1 zielona papryka
- pęczek szparagów
- 2 łyżki **Vegety do grillowanych warzyw**
- 1 por 1 cukinia 3 łyżki oliwy z oliwek

Przygotowanie:

1. Z papryk usunąć gniazda nasienne i pokroić w paski. Ze szparagów usunąć końce. Por i cukinię pokroić w 1 cm talarki.
2. Warzywa przełożyć do miski. Wymieszać oliwę z oliwek z **Vegetą do grillowanych warzyw**. Marynatą poleć warzywa i wymieszać. Warzywa przełożyć na tackę do grillowania lub na folię aluminiową.
3. Grillować około 10-15 minut, przewracając co jakiś czas, aby się nie przypaliły. Warzywa można też upiec w piekarniku nagrzanym do temperatury 180°C - wystarczy ułożyć je na blasze wyłożonej papierem do pieczenia i piec 15 minut.
4. Warzywa grillowane przed podaniem można posypać startym serem.



i tylko gotuj

Sałatka ze świeżych warzyw z sezamem

Składniki:

- 200 g szpinaku baby 3 łyżki sezamu
- 1 czerwona, 1 żółta papryka
- 2 pęczki rzodkiewek 1/2 pora

Marynata:

- 1 łyżka **Vegety do sałatek**
- 1 łyżeczka **miodu wielokwiatowego**
- Podravka**
- 1 łyżeczka cytryny
- 2 łyżki oliwy z oliwek

Przygotowanie:

1. W miseczce połączyć wszystkie składniki marynaty i odstawić.
2. Na patelni podprażyć sezam, aż stanie się złoty (około 3 minuty).
3. Do miski przełożyć umyty szpinak i pokrojoną w talarki paprykę (należy usunąć gniazda nasienne), por oraz przekrojone na pół rzodkiewki.
4. Warzywa połączyć przygotowaną marynatą oraz sezamem. Delikatnie wymieszać.
5. Podawać jako przystawkę lub dodatek do dań grillowych.





Pałki kurczaka w cytrynowej marynacie



Składniki:

- 5 pałek kurczaka
- 200 g jogurtu naturalnego
- 1 łyżka oliwy z oliwek 2 cytryny
- 1½ łyżki **Vegety do złocistego kurczaka**
- Ajvar ostry Podravka**
- świeża melisa

Przygotowanie:

1. Kurczaka umyć i osuszyć.
2. Przygotować marynatę. Wymieszać jogurt, **Vegetę do złocistego kurczaka**, startą skórkę z cytryny oraz sok z połowy cytryny.
3. Mięso zamarynować i wstawić do lodówki na minimum godzinę (pamiętając aby wyjąć je na godzinę przed pieczeniem).
4. Mięso grillować ok. 30 minut. Pałki kurczaka również można przygotować w piekarniku nagrzanym do temperatury 180° C i piec 20 minut, aż się zarumienią.
5. Gotowe danie podawać posypane posiekaną melisą i skórką z cytryny. Podawać z **Ajvarem Podravka**.





i tylko gotuj

Grillowana karkówka z imbirem i Ajvarem

Składniki:

- 4 plastry karkówki
- 2 łyżki **Vegety do grillowanej karkówki**
- Ajvar łagodny Podravka**
- 2 łyżki świeżego imbiru
- 3 ząbki czosnku 2 łyżeczki miodu
- 3 łyżki oliwy z oliwek

Przygotowanie:

- Mięso umyć i osuszyć.
- Przygotować marynatę poprzez zmieszanie ze sobą oliwy z oliwek, **Vegety do grillowanej karkówki**, miodu, świeżo startego imbiru oraz wyciśniętego przez praskę czosnku. Karkówkę umieścić w marynacie i włożyć na noc do lodówki. Co najmniej 30 minut przed planowaniem grillowania, wyjąć mięso z lodówki.
- Ułożyć karkówkę na grillu nad obszarem bezpośredniego ciepła i przysmażyć przez około 2 do 3 minut z każdej strony. Przesunąć mięso do obszaru pośredniego ogrzewania i przykryć grill. Grillować około 15 minut.
- Podawać z pieczonymi ziemniakami, **Ajvarem** i ulubioną sałatką z sezonowych warzyw.





i tylko gotuj

Sięgnij po nasze produkty
idealne na grilla!



[f/SekretyMojejKuchni](https://www.facebook.com/SekretyMojejKuchni)
www.vegeta.pl www.podravka.pl