29 června., 2026

Grilované hořčičné kotlety

Časová náročnost: minut

Seznam přísad

4 ks	vepřové kotlety
2 lžíce	kremžská hořčice
2 lžíce	dijonská hořčice
2 lžíce	med
	koření (vyzkoušejte gril nebo steak Dle Gusta)
2 stroužky	česnek
1 lžíce	sójová omáčka
1 lžíce	jablečný ocet
	hrubozrnná sůl a čerstvě mletý pepř

Postup přípravy

V uzavíratelné nádobě smícháme oba druhy hořčice a med. Přidáme prolisovaný česnek, koření, sójovou omáčku a ocet. Nakonec dochutíme trochou mořské soli a čerstvým pepřem. Do hotové marinády naložíme maso, směs do něj důkladně vmasírujeme a necháme v lednici ideálně přes noc. Poté pečeme na rozpáleném grilu alespoň 5 minut z každé strany dozlatova. Podáváme s lehkým salátkem nebo pečivem.