Grilované makrely

Časová náročnost: 45 minut

Seznam přísad

3 ks	makrela celá
4 stroužek	česnek
1 lžička	sladká paprika mletá
1 lžička	pálivá paprika mletá
6 lžíce	olivový olej
	sůl
	pepř mletý
2 lžíce	sezamová semínka
	olej



Postup přípravy

Makrely nejprve vykucháme, řádně vymyjeme a osušíme. (Hlavu ani ocasní ploutve zatím neoddělujeme.) Poté si připravíme marinádu z propasírovaného česneku, sladké i pálivé papriky a olivového oleje. Tuto směs osolíme, opepříme a makrely potřeme z obou stran. Posypeme sezamovým semínkem a necháme asi hodinu v lednici marinovat. Mezitím si připravíme gril, jehož mřížku potřeme olejem, aby se ryby nepřichytily. Marinované makrely klademe na gril, kde necháme opékat tak dlouho, dokud se maso nezačíná oddělovat od kostí. Při grilování můžeme ryby potírat zbylou marinádou. Hotové dozlatova opečené makrely podáváme s čerstvým chlebem nebo například s novými brambory. V horkých dnech doporučujeme zeleninový salát. Recept na jarní salát z čínského najdete ZDE