Vychytané marinády na gril

Určitě máte své osvědčené pochoutky a oblíbence, po kterých před každým letním rožněním automaticky saháte. Ať už jsou to nakládané hermelíny, klobásky, pořádná krkovice nebo křehká ryba, nešlápnete vedle. Všude na vás nyní také vyskáče nespočet receptů i na mnohem méně tradiční libůstky, kterým to na grilu také velmi sluší.

Tak či onak, podle nás je základem kvalitní marináda, kterou všechny vybrané pokrmy dotáhnete k naprosté dokonalosti a maximální spokojenosti všech strávníků. Třeba docela **fádní nasolená krkovice dostane naprosto jiný kabát, přidáte-li trochu dijonské hořčice, zázvoru nebo medu**

Chce to jen lehce vybalancovat škálu chutí a gurmánský klenot máte na světě. Nabízíme trochu marinádové inspirace:

Pivní marináda na kotlety

Co bychom to byli za Čechy, kdybychom alespoň do jedné z marinád nenacpali pivo, že ano. Ale až ochutnáte kotletku odpočatou v této směsi, poplácáte se po rameni, že tyto české výmysly mají prostě něco do sebe. Pro marinádu na 4 kotlety potřebujete:

- *200 ml piva*
- *2 lžíce rajčatového protlaku*
- *1 lžíci kečupu*
- *2 lžičky medu*
- *2 stroužky česneku*

- *1 malou červenou cibuli*
- *½ lžičky mletého pepře*
- *špetku chilli (můžete i chilli vločky, pokud máte rádi ostřejší chutě)*
- *1 lžíci balsamika*
- *½ lžičky soli*

Smíchejte pivo s protlakem, kečupem a medem. Česnek propasírujte a cibulku nasekejte najemno, přidejte ke směsi. Nakonec dochuťte pepřem, solí, chilli a balsamikem. Nalijte na kotlety, pořádně vmasírujte do masa a ideálně přes noc nechte proležet v lednici. Marináda výborně chutná také na jehněčím!

Jogurtová marináda na drůbež

Bílý jogurt vám z křehkého kuřecího či krůtího masa vykouzlí lahodnou křupavou pochoutku. Máta s limetou vytvoří překvapivou hru chutí a skořice se zázvorem podtrhnou jemnost masa. Na 4 plátky kuřecích či krůtích prsou si připravte:

- *150 ml bílého jogurtu*
- *2 lžíce limetkové šťávy*
- *½ lžičky strouhané kůry z limetky*
- *1,5 lžíce olivového oleje*
- *pár lístků čerstvé máty*
- *špetku mletého kmínu*
- *½ lžičky mleté papriky (může být i pálivá)*
- *½ lžičky mleté skořice*
- *½ lžičky mletého zázvoru*
- *sůl a pepř*

Jogurt smíchejte s olejem, přidejte šťávu i kůru z limetky. Mátu nasekejte nadrobno a společně se vším kořením vmíchejte ke směsi. Nakonec dochuťte solí a pepřem. Pokud máte rádi koriandr, klidně ho v menším množství také přidejte, dodá ještě více aroma. Maso nechte v marinádě několik hodin odpočívat a při grilování zbytkem marinády potírejte.

Citronová marináda s bylinkami

Ideální záležitost **na ryby a mořské plody**. Jelikož jemné rybí maso nechce přehlušovat silnými chutěmi, je nejlepší pracovat s čerstvými bylinkami a citrusy. Ty se k bílému masu krásně hodí a pouze lehce podtrhnou jeho přirozenou chuť. Na 4 rybí filety, 2 celé ryby nebo misku krevet vám postačí:

- *150 ml suchého kvalitního bílého vína*
- *2 lžíce citronové šťávy*
- *1 lžíce pomerančové šťávy*
- *1 lžíce vinného octa*

- *hrst čerstvé bazalky*
- *hrst čerstvé petrželky*
- *snítka čerstvého nebo špetka sušeného tymiánu*
- *pár snítek čerstvého kopru (doporučujeme hlavně na ryby, v případě krevet můžete vynechat)*
- *větvička rozmarýnu*
- *sůl a pepř*

Víno smícháme s citronovou a pomerančovou šťávou a s vinným octem. Bylinky kromě rozmarýnu nasekáme najemno a vhodíme ke směsi. Dochutíme solí a pepřem. Do marinády naložíme na pár hodin rybu či krevety a na vrch otrháme větvičku rozmarýnu. Po ugrilování ještě bohatě zakapeme citronovou šťávou a můžeme přidat trochu čerstvého pepře.