Pentru adevărații amatori ai grătarului: 5 cele mai bune rețete de marinată. Carnea pur și simplu se topește în gură!

Iarna bate la ușă, dar amatorii de grătar cu siguranță deja așteaptă cu nerăbdare luna mai – luna ieșirilor la iarba verde. Este mult timp până atunci… Nicio problemă, acum este momentul să ne înarmăm cu noi cunoștințe și idei de preparare a unui grătar deosebit. Cei responsabili cu grătarul știu că cheia oricărui grătar delicios este marinata! Doar o marinată corect aleasă este capabilă să pună în evidență gustul consistent al cărnii.

Perfect-ask.com vă pune la dispoziție 5 rețete de marinate care vă vor propulsa la nivelul de profesionist în acest domeniu!

1. Marinata “Salutare din Balcani!” (pentru 2 kg de carne)

Ingrediente:

- 3 ardei grași
- 120 – 150 g de coriandru
- 650 ml de iaurt natural
- suc de lămâie (jumătate de lămâie)
- sare după gust

Mod de preparare:

Prăjiți bine ardeii în tigaia grill. Apoi curățați-i de

semințe și tăiați-i felii. Adăugați într-un bol sau o cratiță iaurtul, sucul de lămâie, sarea, ardeii tăiați, coriandrul și amestecați bine.

Timp de preparare carne: 3 ore

2. Marinata mediteraneană (pentru 2 – 2.5 kg de carne)

Ingrediente:

- 450 ml de ulei de măsline
- 650 ml de ulei de floarea soarelui
- suc de lămâie (jumătate de lămâie)
- o legătură mică de cimbru
- 3 crenguțe de rozmarin
- 2 crenguțe de salvie
- 1 cățel de usturoi
- piper negru măcinat după gust

Mod de preparare:
Amestecați cele 2 tipuri de ulei, adăugați sucul de lămâie, piperul și verdeața. Zdrobiți usturoiul cu partea plată a unui cuțit și adăugați-l la marinată. Amestecați bine marinata.

Timp de preparare carne: 3 ore

3. Marinata din portocale (pentru 2-3 kg de carne)

Ingrediente:

- 1 portocală
- 4 căței de usturoi pisat
- 2 linguriițe de busuioc uscat
- 1 linguriță de cardamom pisat

- 650 ml de smântână grasă
- 250 ml de maioneză
- sare și piper negru măcinat după gust

Mod de preparare:

Radeți coaja de portocală, stoarceți sucul din ea și adăugați usturoi, busuioc și cardamom. Adăugați smântâna și maioneza, apoi sarea și piperul după gust. Amestecați bine.

Timp de preparare carne: 4 ore

4. Marinata cu vin (pentru 2 kg de carne)

Ingrediente:

- 200 g de ceapă
- 150 ml de apă plată
- 250 ml de vin alb sec
- 4 tulpini de lemongrass
- 2 linguriițe de piper alb boabe
- sare după gust

Mod de preparare:

Curățați și tăiați ceapa. Tăiați tulpina de lemongrass. Puneți ceapa și tulpina de lemongrass într-un bol și adăugați apa și vinul. Zdrobiți puțin de tot boabele de piper în piuă și adăugați-le la marinată. Amestecați bine toate ingredientele.

Dacă nu ați putut face rost de tulpinile de lemongrass, le puteți înlocui cu coajă de lămâie păstrând proporțiile.

Timp de preparare carne: 4 ore

5. Marinata de Florența (pentru 2-3 kg de carne)

Ingrediente:

- 2-3 lămâi
- 1 cățel de usturoi
- 1 legătură nu prea mare de rozmarin
- 250 ml de ulei de măsline
- 750 ml de ulei de floarea soarelui
- piper negru boabe

Mod de preparare:

Tăiați lămâile felii și adăugați usturoiul și frunzele de rozmarin. Turnați peste acestea uleiul de măsline și uleiul de floarea soarelui. Zdrobiți puțin boabele de piper în piuă și adăugați-le la marinată. Amestecați bine.

Timp de preparare carne: 2.5 ore

Sperăm că aceste sfaturi vă vor fi de ajutor în planurile culinare viitoare.

Vă dorim poftă bună!

Sursa: perfect-ask.com