

Grilovací marináda:

3 lžíce rostlinného oleje

1 lžíce kečupu

½ lžíce cukru

Tymián

Červená paprika

Pozn.: můžeme obměňovat za jakékoli koření (pepř, majoránka, Šalvěj, česnek...)

Smícháme všechny přísady a potřeme maso. Přikryjeme a necháme v chladu odpočinout po dobu několika hodin nebo přes noc. Během grilování maso obracíme a potíráme marinádou.

Pomerančovo-medová marináda:

2 lžíce medu

1 lžíce strouhané pomerančové kůry

2 stroužky utřeného česneku

1 dl pomerančové šťávy

1,5 lžíce sójové omáčky

1 lžička mletého zázvoru

1,5 lžíce francouzské hořčice

Všechny suroviny na marinádu promícháme a maso do směsi naložíme na 30 minut. Před grilováním maso v marinádě promícháme.

Marináda na hořčici:

8 lžic olivového oleje

4 stroužky utřeného česneku

7 lžic plnotučné hořčice

Olej, česnek a hořčici rozmícháme v misce a pak důkladně vetřeme do masa. Maso necháme půl hodiny odležet

Jogurtová marináda:

1 kelímek bílého jogurtu

½ lžičky kari

½ lžičky červené papriky

3 lžíce oleje

Všechny suroviny smícháme, rozmixujeme a přidáme k připravenému masu. Po té můžeme grilovat