

Owocowa marynata z mango



Składniki

dojrzałe mango
ząbki czosnku
świeża papryczka chilli
4 łyżka - oliwy z oliwek
sok z 1 limonki
sól, brązowy cukier

Opis wykonania

Marynata z mango, czosnku, chilli i limonki.

Obierz mango, usuń pestkę i pokrój na małe kawałki. Obierz i posiekaj czosnek. Umyj paprykę i oczyść ją z nasion. Zmiksuj wszystkie składniki blenderem. Dodaj sok z limonki oraz oliwę z oliwek. Dopraw solą i brązowym cukrem. Podawaj z rybami, owocami morza i grillowanym mięsem.