

Marynata do mięsa pieczonego



Składniki

1/4 szklanki oliwy
2-3 ząbki czosnku
1 łyżka musztardy
1 łyżka miodu
2 liście laurowe
kilka gałązek świeżego
rozmarynu

Przyprawy: po 1/2
łyżeczki ziaren jałowca,
kolendry i czarnego
pieprzu oraz suszonego
rozmarynu, tymianku,
słodkiej i ostrej papryki w
proszku

Opis wykonania

Sekretem kruchego i soczystego mięsa jest odpowiednio przyrządzona marynata i wielogodzinne marynowanie, dlatego warto zabrać się za jej przygotowanie przynajmniej dzień przed planowanym pieczeniem mięsa. W Akademii Smaku proponuję marynatę miodową z musztardą i aromatycznymi ziołami – rozmarynem, tymiankiem, jałowcem, kolendrą. Słodko-pikantna marynata doskonale podkreśla smak mięsa.



W blenderze przygotuj marynatę – połącz oliwę z oliwek, musztardę, miód. Do moździerza włóż ziarna jałowca, kolendry, pieprzu i ucieraj. Następnie dodaj je do marynaty wraz z pozostałymi przyprawami - suszonym rozmarynem, tymiankiem, słodką i ostrą papryką.



Dodaj czosnek. Wszystko dokładnie zblenduj. Do przygotowanej marynaty włóż mięso, dorzuć pokruszone liście laurowe i gałązki świeżego rozmarynu.



Wstaw mięso do lodówki i marynuj minimum 3 godziny (a najlepiej dobę).