

AUTOLAKÝRNICTVÍ



AUTOLAKÝRNICTVÍ HEMELÍK JAN



Provozovna:

Oldřichovská 203/8, 405 02 Děčín 8

**Prodáváme autolaky a barvy
PPG Envirobase, Delfleet akryl,
spreje včetně plnění,
laktužky, mícháme barvy.**

**Dále jsme pro Vás připravili novinku
– snímání odstínu SPEKTROMETREM, renovace skel světlometů.**

tel.: 606 710 634 | 412 513 532

jan.hemelik@volny.cz

www.LAKOVNAHEMELIK.cz

RECEPTY NA GRIL



HOVĚZÍ STEAK S KMÍNEM A ROZMARÝNEM

Počet porcí: 2 - 3

Náročnost: snadné

Doba přípravy: 30 minut

Suroviny:

750 g steaků ze zadního
hovězího

3 - 4 stroužky česneku

2 x mezi prsty mletého
kmínu

3 snítky rozmarýnu

2 dcl kvalitního oleje
sůl, pepř

Postup:

Na steak s kmínem a rozmarýnem si připravíme maso hovězího zadního nakrájené na plátky. Maso naklepeme, osolíme a opepříme. Odložíme stranou a budeme se věnovat přípravě marinády. Do větší mísy přelijeme olej, přidáme prolisovaný nebo jemně nasekaný česnek, nasekané lístky rozmarýnu a mletý kmín. Vše zamícháme a do marinády vložíme nasolené maso. Necháme marinovat cca 1 hodinu. Naložené maso vkládáme na střed grilovacího roštu, do kterého jsme vyzkoušeli sadu Gourmet BBQ Sear Grate. Maso grilujeme na středním žáru po dobu 8 - 10 minut z každé strany. Hotové steaky ponecháme v teple 5 - 8 minut odležet. Podáváme s čerstvým pečivem a zeleninovou oblohou.

