



Gătește liber



Rețete
ideale

GRILL





Gustul preparatelor la grătar va fi unic,
dacă folosești produsele Vegeta și Podravka!

Zacuscă de ardei Ajvar Podravka este un produs delicios fără conservanți și fără coloranți alimentari, fără gluten, complet natural, cu valoare calorică scăzută și bogat în beta-caroten. Este perfectă ca garnitură pentru carne și preparate la grătar.

AJVAR este o pastă de legume realizată exclusiv din ingrediente naturale: ardei, vinete și condimente.



Zacuscă de ardei:

- produs fără conservanți
- produs care nu conține gluten
- produs potrivit pentru vegetarienii și vegani
- este realizată pe baza unei rețete originale croată
- conține legume de calitate superioară
- este complementul perfect pentru feluri de mâncare, în orice moment al anului, mai ales în timpul sezonului de grătar
- produs excelent pentru preparate din carne și legume, preparate la grătar, caserole, tocane, sosuri
- este la fel de potrivită pentru sandvișuri, pâine prăjită și salate.





Somon la grătar cu AJVAR



Ingrediente:

- 2 fileuri de somon (aprox. 300 g)
- 3 linguri ulei de măsline
- 1 linguriță de VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU PEȘTE
- 1 linguriță VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARTOFI CU IERBURI
- 1 lămâie
- 4 cartofi mari
- 1 borcan de AJVAR CLASIC PODRAVKA

Mod de preparare:

1. Tăiați cartofii în sferturi și fierbeți-i în apă cu VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARTOFI CU IERBURI timp de 15 minute. Scurgeți-i bine, stropiți-i cu 1 lingură de ulei de măsline. Puneți-i pe o tavă și coaceți-i pe grătarul încins până devin moi.

2. Amestecați uleiul rămas cu VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU PEȘTE și suc de lămâie, apoi se rumenesc fileurile de somon pe grătar timp de 4-5 minute pe fiecare parte.

3. Stropiți cu suc de lămâie înainte de servire.

4. Serviți cu AJVAR CLASIC PODRAVKA.



Ćevapi la grătar - rețetă croată



Ingrediente:

- carne tocată de vită sau de oaie 750 g
- 2 cepe roșii
- 1 ou
- 1 felie de pâine sau 2 rulouri mari de ciabatta
- 1 lingură de VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARNE LA GRĂTAR
- AJVAR PICANT PODRAVKA

Mod de preparare:

1. Tocați mărunt o ceapă și înmuiați pâinea în 50 ml apă.

2. Puneți carnea într-un bol, adăugați ceapa, oul și felia de pâine sau rulourile de ciabatta înmuiate

3. Amestecă totul și asezonează cu VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARNE LA GRĂTAR

4. Din carne se formează ćevapi, sau chiftele alungite, de aproximativ 5-7 cm lungime.

5. Carnea se pune pe grătar timp de 10-15 minute, întorcând-o periodic. Pentru grătar, ćevapi-ul poate fi montat pe frigărui.

6. Încălziți puțin ciabatta la cuptor, apoi tăiați-o pe lungime și puneți-o pe o farfurie.

7. Puneți ćevapi la grătar pe fiecare ciabatta. Serviți cu AJVAR PICANT PODRAVKA și ceapă feliată.





Salată cu pui la grătar și Ajvar



Ingrediente:

- 4 bucăți medii piept de pui
- 140 g fasole verde
- 4 legături de frunze de spanac baby
- 1 lingură de oțet de vin alb
- 2 linguri **AJVAR CLASIC PODRAVKA**
- 1 linguriță miere
- 1 lingură **VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARNE LA GRĂȚAR**
- 6 linguri de ulei de măsline

Mod de preparare:

1. Amestecați 4 linguri de ulei de măsline cu **VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARNE LA GRĂȚAR** și turnați peste carne, apoi puneți carnea pe grătar aproximativ 10 minute, întorcând-o din când în când.
2. Se fierbe fasolea verde și se scurge, apoi se pune într-un bol și se amestecă cu spanacul.
3. Pregătiți dressingul: amestecați uleiul de măsline cu oțet, miere și **AJVAR CLASIC PODRAVKA**.
4. Turnați dressingul peste legume și serviți cu puilul tăiat felii și cu **AJVAR CLASIC PODRAVKA**.



Frigărui cu un strop de rozmarin



Ingrediente:

- 250 g friptură de vită
- 2 bucăți piept de pui
- 1 dovlecel
- 1 ardei gras verde, 1 roșu, 1 galben
- 2 cepe roșii
- 2 linguri de ulei de măsline
- 2 linguri **AJVAR PICANT PODRAVKA**
- 2 linguri **VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARNE LA GRĂȚAR**
- crenguțe de rozmarin

Mod de preparare:

1. Amestecați uleiul, mierea, carnea tăiată și legumele într-un castron, adăugați **VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARNE LA GRĂȚAR**. Tăiați carnea și legumele în bucăți.
2. Scoateți câteva frunze de pe crenguțele de rozmarin, iar apoi puneți pe crenguțe alternativ carnea și legumele.
3. Se toarnă marinada peste fiecare frigăruie și se pune la grătar timp de 10-15 minute, întorcând-o din când în când.
4. Serviți cu **AJVAR PICANT PODRAVKA**.





Legume la grătar cu ierburi



Ingrediente:

- 1 ardei galben, 1 ardei roșu, 1 ardei verde,
- 1 legătură de sparanghel
- 2 linguri VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARTOFI CU IERBURI
- 1 praz
- 1 dovlecel
- 3 linguri ulei de măsline

Mod de preparare:

1. Scoateți semințele din ardei și tăiați-i în fâșii. Scoateți capetele sparanghelului. Tăiați prazul și dovlecelul în felii de 1 cm.
2. Puneți legumele într-un castron. Combinați uleiul de măsline cu VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CARTOFI CU IERBURI. Se toarnă marinada peste legume și se amestecă. Pune legumele pe tava grătar sau pe folie de aluminiu.
3. Se lasă pe grătar cam 10-15 minute, întorcându-le din când în când, ca să nu se ardă. Legumele se pot coace și în cuptorul preîncălzit la temperatura de 180° C, timp de 15 minute, pe o tavă acoperită cu hârtie de copt.
4. Se presară legumele la grătar cu brânză rasă înainte de servire.



Salată de legume proaspete cu semințe de susan



Ingrediente:

- 200 g spanac baby
- 3 linguri de semințe de susan
- 1 ardei roșu, 1 ardei galben
- 2 legături de ridichi
- ½ praz

Marinada

- 1 lingură de VEGETA NATUR ADAOS UNIVERSAL PENTRU MÂNCĂRURI
- 1 linguriță de miere multifloră
- 1 linguriță de zeamă de lămâie
- 2 linguri de ulei de măsline

Mod de preparare

1. Amestecați toate ingredientele pentru marinadă într-un castron și lăsați-l deoparte.
2. Într-o tigaie, prăjiți semințele de susan până devin aurii (aproximativ 3 minute).
3. Puneți într-un bol spanacul spălat și ardeiul tăiat cubulețe (se scot semințele), prazul și ridichile tăiate pe jumătate.
4. Peste legume se toarnă marinada și susanul prăjit. Se amestecă ușor.
5. Serviți ca aperitiv sau garnitură la preparatele la grătar.





Pui în marinadă de lămâie



Ingrediente:

- 5 bucăți de pui
- 200 g iaurt natural
- 1 lingură ulei de măsline
- 2 lămâi
- 1½ linguriță **VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU PUI AURIU**
- **AJVAR PICANT PODRAVKA**
- suc proaspăt de lămâie

Mod de preparare:

1. Spălați și uscați puilul.
2. Pregătiți marinada. Amestecați iaurtul, **VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU PUI AURIU**, coaja de lămâie rasă și sucul de la o jumătate de lămâie.
3. Marinați carnea și puneți-o la frigider pentru cel puțin o oră (nu uitați să o scoateți cu o oră înainte de gătit).
4. Frigeți carnea la grătar aproximativ 20 de minute la o temperatură de 180° C, până se rumenesc frumos.
5. Așezați frigăurile într-un vas stropit cu suc de lămâie. Serviți cu **AJVAR PICANT PODRAVKA**.



Ceafă de porc la grătar cu ghimbir și Ajvar



Ingrediente:

- 4 felii de ceafă de porc
- 2 linguri de **VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CEAFĂ DE PORC**, pentru o bucată medie de ceafă de porc
- 2 linguri de **AJVAR CLASIC PODRAVKA**
- 2 linguri de ghimbir proaspăt
- 3 căței de usturoi
- 2 lingurițe de miere
- 3 linguri de ulei de măsline

Mod de preparare:

1. Se spală și se șterge carnea.
2. Pregătiți marinada amestecând-o cu ulei de măsline și **VEGETA NATUR CONDIMENTE PENTRU CEAFĂ DE PORC**, miere, ghimbir proaspăt ras și usturoi presat.
3. Puneți ceafa de porc în marinadă și lăsați-o peste noapte la frigider. Cu cel puțin 30 de minute înainte de a planifica grătarul, scoateți carnea de la frigider.
4. Așezați ceafa de porc pe grătar și rumeniți-o aproximativ 2-3 minute pe fiecare parte. Acoperiți grătarul și lăsați timp de aproximativ 15 minute.
5. Serviți cu cartofi copti, **AJVAR CLASIC PODRAVKA** și salata preferată.





Gătește liber



Produsele noastre
sunt perfecte pentru grătar!



/Vegeta Romania
www.vegeta.ro

/Podravka Romania
www.podravka.ro