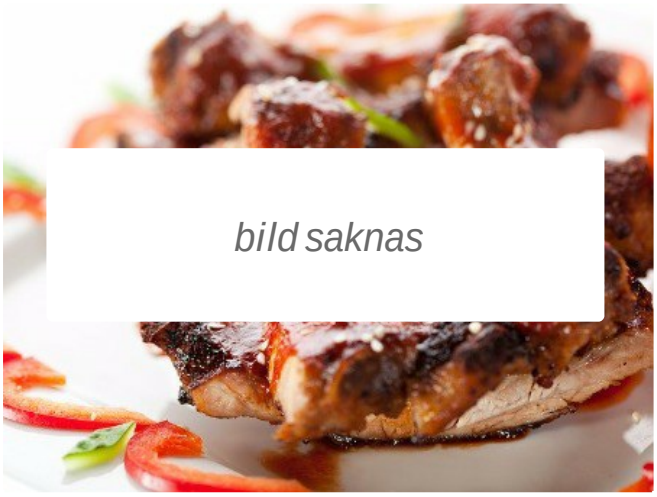


inköpslistan.se

Av: Lena Larsson

4 port

Fläskkött, Huvudrätt

GRILLAD FLÄSKKARRÉ

Ingredienser

1 bit fläskkarre *(500 g)*

Marinad

1,5 dl olivolja
3 msk vatten
1,5 msk rosmarin
2 st lagerblad *(smulade)*
1 st chili, röd
(liten, torkad, smulad)
1,5 tsk havssalt
1 krm svartpeppar

Till servering

1 st citron *(rivet skal)*
1 dl persilja *(finhackad)*

Gör så här

1. Blanda alla ingredienser till marinaden i en skål och häll över i en kraftig plastpåse. Spara lite av marinaden till pensling. Lägg köttet i påsen och tillslut väl. Marinera i kylskåp i 1 timme och därefter lika länge i rumstemperatur. Vänd köttet ett par gånger under marineringstiden.
2. Tänd grillen.
3. Blanda rivet citronskal och persilja.
4. Pensla grillgallret med lite matolja, och grilla karréskivorna hastigt, ca 2 minuter på varje sida. Pensla flitigt med den sparade marinaden.
5. Lägg det grillade köttet på ett stort fat. Strö över citron och persiljeblandningen. Servera köttet varmt, gärna tillsammans med rissalladen på nästa uppslag. Grönsaksspetten här till höger är också goda att servera till köttet.

Receptet kommer från Paolo Robertos bok Mina vänners mat.