**CO NA GRILLA – POMYSŁY I TRIKI NA PYSZNE DANIA Z GRILLA**

**Mięsa:**

**Kupujcie mięsa ze sprawdzonego źródła**, gdzie macie pewność, że mięso jest świeże. Pamiętajcie, aby je wcześniej po porcjować (starajcie się żeby porcje były równe i nie za duże, żeby grillowanie poszło sprawnie) i zamarynować (co najmniej kilka godzin wcześniej - im dłużej tym lepiej). Mięsa czerwone marynujcie z dodatkiem oleju, a drobiowe możecie zamarynować w jogurcie naturalnym lub maślance. Do marynaty dodajcie swoje ulubione przyprawy i zioła, możecie dodać musztardę, ketchup lub miód, pokrojoną cebulę i czosnek. **Mięsa najczęściej, marynować w zamykanych woreczkach strunowych.** Wrzucamy mięso, dodajemy ulubione przyprawy, potrząsamy woreczkiem, aby wszystkie kawałki mięsa się dokładnie pokryły marynatą. Tak zamarynowane mięso zajmuje zdecydowanie mniej miejsca w lodówce. Gdy już mięso wyląduje na grillu zostawiam sobie trochę marynaty, aby w trakcie grillowania posmarować nią jeszcze mięso.

* **karkówka**
* **boczek**
* [**domowe burgery**](https://cok.coonakombinuje.pl/zdrowe-burgery-wieprzowe/)
* **mini kebaby**
* **szaszłyki**
* **pierś z kurczaka lub indyka**
* **udka z kurczaka**
* **skrzydełka z kurczaka**
* **steki wołowe**



# ****Wyroby garmażeryjne:****

**Kupujcie jedynie wyroby dobre jakościowo**. Dobra kiełbasa powinna kosztować minimum 16 zł/kg. Nie nabierajcie się na promocje. Jeśli macie możliwość przed zakupem sprawdźcie jakość wyrobu. Czasem promocyjne kiełbasy są bardzo napompowane wodą i dosłownie strzelają na grillu lub zawierają w sobie ohydne chrząstki. Tak jak z mięsami nie kupujcie zamarynowanych kiełbas z tacek. Wierzcie mi wiem co piszę.

### kiełbasa (według mnie najlepsza jest śląska)

### biała kiełbasa (nakłujcie ją lekko widelcem, aby nie popękała)

### kaszanka tradycyjna

### biała kaszanka

### kiszka ziemniaczana

### [pierogi](https://cok.coonakombinuje.pl/pierogi-babci-marysi/)

### C:\Users\User\Desktop\GD zdjęcia\IMG_7822-1.jpg

# ****Ryby i owoce morza:****

Ryby to największy rarytas na grillu. Pamiętajcie o tym, żeby ryby były świeże. **Ryby i owoce morza najlepiej grillować w folii aluminiowej lub na tackach.** Nie przesadzajcie z przyprawami, wystarczy sól i pieprz. Skropcie je sokiem z cytryny i posypcie zieleniną (jeśli grillujecie rybę w całości to włóżcie do środka plastry cytryny i koperek)

### pstrąg

### łosoś

### dorada

### krewetki

### Filete Asado A La Parrilla Con Los Chiles Y El Romero Imagen de ...

# ****Sery na grilla****

Bardzo fajna opcja dla wegetarian i nie tylko.

### camembert (grilluj go w całości, serwuj z konfiturą żurawinową i rukolą)

### oscypek

### C:\Users\User\Downloads\depositphotos_78170306-stock-photo-grilled-oscypek-cheese.jpg

# ****Warzywa na grilla****

Chociaż nie jestem weganką to chyba warzywa z grilla lubię najbardziej. Warzywa kroje dużo wcześniej, polewam je lekko olejem i posypuje przyprawą do grilla. Grilluje je na tacce do grilla.

### cukinia

### cebula

### czosnek (upieczony w całości w łupince)

### pieczarki

### papryka

### młoda marchew

### kukurydza w kolbach

### C:\Users\User\Desktop\GD zdjęcia\IMG_7812-1.jpg

# ****Pieczywo i masło****

Na grill party dobrze jest przygotować kilka rodzajów pieczywa (chleb/bułki) i masełko. Zawsze robię masło smakowe sama, nie przepadam za tymi gotowymi. Nasze ulubione to z suszonymi pomidorami i czosnkiem. Do malaksera wrzucam 2 ząbki czosnku, 4 suszone pomidory z zalewy. Rozdrabniam i dodaje do 1 kostki masła. Mieszam dokładnie i dodaje odrobinę soli morskiej gruboziarnistej. Znika w okamgnieniu.

# ****Sosy i dipy****

Oczywiście grill party nie może się obejść bez musztardy i ketchupu, ale fajnie jest mieć też inne dipy.

### musztarda

### ketchup

### chrzan

### ajvar

### salsa

### sos czosnkowy

### sos musztardowy

### [sos tzatziki](https://cok.coonakombinuje.pl/pita-ala-kebab/)

### Szałowe dipy - Przepis na Szałowe dipy - Mojegotowanie.pl

**Sałatki i świeże warzywa**

Polecam na grilla przygotować 1-2 sałatki. Super sprawdzają się również ogórki kiszone i pikle. Kilka sprawdzonych przepisów na sałatki:

* [**sałatka z ananasem i kurczakiem**](https://cok.coonakombinuje.pl/salatka-z-kurczakiem-i-ananasem-inna-niz-wszystkie/)
* [**sałatka warstwowa z czerwoną fasolą**](https://cok.coonakombinuje.pl/salatka-warstwowa-z-czerwona-fasola-cebulka-jajkiem-i-zoltym-serem/)
* [**sałatka ziemniaczana**](https://cok.coonakombinuje.pl/salatka-ziemniaczana/)
* [**sałatka z ogórków kiszonych**](https://cok.coonakombinuje.pl/salatkasos-ogorkow-kiszonych/)
* [**sałatka z makaronem i pieczarką marynowaną**](https://cok.coonakombinuje.pl/salatka-z-makaronem-i-pieczarka-marynowana/)
* [**sałatka z chipsami z boczku**](https://cok.coonakombinuje.pl/salatka-chipsami-boczku-hit-tego-lata/)
* [**sałatka z serem pleśniowym i selerem naciowym**](https://cok.coonakombinuje.pl/salatka-serem-camembert-gruszka-selerem-naciowym-apel-mezow/)

**Desery**

Nie polecam ciast z kremami czy galaretką, bo mogą zwyczajnie popłynąć po stole. Jako słodki dodatek polecam suche ciasta i ciastka albo świeże owoce. **Na grilla można wrzucić banany czy ananasa i dodać do nich lody i/lub bitą śmietanę.**

* **ciasto drożdżowe**
* **ciasto jogurtowe**
* **sałatka owocowa**
* **muffinki**
* **świeże owoce sezonowe**