

### А ви знали що..

Саме слово «шашлик» має кримсько-татарське походження і походить від слова «крутив».

## Соево-медовий маринад для курки



### Складові:

- Курка ціла або філе, крила, ніжки
- Мед - 4 ст. л.
- Соевий соус - 2 ст. л.
- Оливкова олія - 6 ст. л.
- Чорний перець - 0,5 ч. л.
- Суміш сухих пряних трав (чебрець, базилік, орегано) - 1 ст. л.

### Спосіб приготування:

1. Промийте м'ясо курки і поріжте на бажані шматочки (якщо потрібно або використовуйте готові частини птиці).
2. Далі змішайте всі інгредієнти в окремому посуді і добре змастіть м'ясо. Залиште м'ясо маринуватися на 3-4 години в холодильнику.
3. Розігрійте гриль. Обсмажуйте м'ясо з кожного боку по 10 - 20 хв залежно від розміру частин курки.
4. До готового м'яса відмінно підійде соус з меду і гірчиці.

### Порада за рецептом

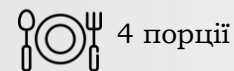
Будь-який сирий шматок м'яса треба промокнути паперовим рушником, забираючи зайву вологу, щоб м'ясо смажилось, а не варилось.



### А ви знали що..

Патрік Бертолетті встановив рекорд, «знищивши» 2, 36 кг свинячих реберець всього за 8 хвилин.

## Гострий маринад для реберець



### Складові:

- Реберця свинячі – 1,3–1,5 кг
- Соус барбекю
- Сухий або свіжий часник – за смаком
- Мелений перець чилі – ½ ч.л.
- Тростинний цукор – 120 г
- Прянощі на свій розсуд

### Спосіб приготування:

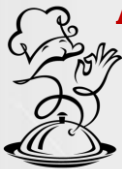
1. Промийте м'ясо і розріжте на бажані шматочки.
2. Далі змішайте тростинний цукор з часником і прянощами. Змастіть отриманою сумішшю реберець.
3. Замариновані реберець викладіть на розпечений гриль, обсмажте з одного боку 7-8 хвилин, потім переверніть на другу, змастіть реберець до рум'яної скоринки. За 10 хвилин до закінчення приготування, збризніть реберець соусом барбекю.

### Порада за рецептом

Коли м'ясо буде знято з гриля, його рекомендується залишити на 8-10 хвилин загорнутим в фользі.



### А ви знали що..



Всі люблять Макдоналдс за бургери. Але, мало хто знає, що спочатку, це був фургон на колесах з барбекю.

## Маринад для риби



30 хв



4 порції

### Складові:

- Коричневий цукор - ½ ст.
- Біле сухе вино- ½ ст.
- Сіль- ½ ч.л.
- Лимонний сік - ¼ ст.
- Перець чорний мелений - ¼ ч.л.
- Філе лосося - 8 шт
- Вершкове масло - 60 г
- Лимон - 2 шт

### Спосіб приготування:

1. Промийте рибу під холодною водою і просушіть паперовим рушником.
2. Далі змішайте в окремому посуді цукор, вино, лимонний сік, сіль і перець, поки цукор повністю не розчиниться.
3. Змастіть рибу маринадом і накрийте плівкою на 1,5-2 години.
4. На розпеченому грилі смажте 4-5 хв до рум'яної скоринки з кожного боку поки риба не буде готова, але залишиться злегка сирого всередині.
5. Перекладіть рибу на тарілки і прикрасьте часточками лимона. Посоліть і поперчіть за смаком.

### Порада за рецептом

Найбільш підходяща риба для барбекю: сьомга, форель, лосось, осетер, сом, скумбрія, мойва.