Špíziky so špargľou a šampiňónmi

Recepty

Hlavné chody

Grilovanie

30 min

2



1.8

1905

Budete potrebovať

Hovädzí flank steak	400 g
Vitana marináda cesnak a bylinky	1 ks
Zelená špargľa	
Hnedé šampiňóny	
Biela cibuľa	1 ks
Olivový olej	

Príprava receptu

Hovädzie mäso nakrájame na kocky a naložíme do
Vitana marinády cesnak a bylinky. Necháme v chlade odstáť aspoň 2 hodiny.
Šampiňóny a špargľu si nakrájame na menšie kusy.
Cibuľu rozdelíme po vrstvách a nakrájame jednotlivé pláty na štvorce.
Zeleninu polejeme olivovým olejom a osolíme.
Na špízy napichujeme na striedačku zeleninu a mäso. Ogrilujeme na grile pri vysokej teplote.



Tekutá marináda cesnak a bylinky