



# Špíziky so špargľou a šampiňónmi

Recepty



Hlavné chody



Grilovanie



30 min



2



1.8

1904



## 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