

Krkovička na medu (4 porce)

Suroviny:

4 plátky krkovičky
5 stroužků česneku
sůl

Marináda:

2 lžíce sójové omáčky
6 lžic kečupu
2 lžíce oleje
1 lžička medu
1 lžička sladké papriky
1 cibule nakrájená na jemno
pepř, koření na krkovičku

Postup:

Maso jemně naklepeme, osolíme a potřeme česnekem. Ze surovin si připravíme marinádu a poklademe do ní plátky krkovičky. Necháme minimálně 2-3 hodinky marinovat (můžeme maso naložit i přes noc). Následně maso i s marinádou vyskládáme do pekáčku, přidáme trochu vody a pečeme v předehřáté troubě při 180 – 220 stupních (dle druhu trouby cca 1,5 hodiny). Průběžně kontrolujeme a podléváme. Podáváme s bramborem nebo domácími steakovými hranolky.

Autor: Hana Babicová

