

Grillimine on **SUVI!**



Joel Ostrat
Maitseelamused Grupi peakokk

*Kui ilm juba grillimist
soosib, siis pole enam midagi
oodata, vaid kohe grillima!*

Ouline on grill õigesti ette valmistada. Puhasta korralikult eelmise grilli jäägid ja ka rooste, kui see eelmisest aastast veel küljes. Suve keskel saab grilli ilusti puhtaks ka korralikult leegiga põletades, siis eemaldub süsi metalli küljest. Kui grill on puhas, pintselda see korralikult õliga, siis ei jää liha grilliresti külge kinni. Süsi on grillimiseks valmis siis, kui kätt ei saa selle peal üle 1-2 sekundi hoida, kuum hakkab!

Erinevad lihad vajavad erinevat kuumust (kala ja valge liha pehmemat, punane liha ja metsloom suuremat). Parim on alustada kuumemaga, et liha pruunistuks ja mahlad jääksid kinni. Edasi on mugavam kühsetada liha madalama kuumusega või siis fooliumis (et liha liiga ära ei söestuks).

Kui grillimine juba käib ja söed olemas, soovitan juurde teha lõkkekartulit või -juurvilju.

Retsept on lihtne: õli, sool, pipar, ürdid, juurviljad. Sega kõik komponendid rohkes õlis ja määssi fooliumisse. Viska fooliumis tooted grillimise alguses sütele ning siis, kui liha üleval restil valmis, võid ka juurviljad söest välja võtta. Keskmise suurusega kartul küpseb ca 15 minutit.

Nüüd juttu ka marinaadidest. Parim liha pehmedaja on õli! Jäta igasugune liha ööpäevaks õlisse likku ja tulemus on kohe poole pehmem.

Klassikaline ja parim marinaad läbi aegade on: õli, sibul, sool, pipar, võib lisada ka ürte, näiteks peterselli. Määssi see marinaad lihasse ja naudi grillimispeaval head maitseelamust.



Kodune *porgandi-ingverisalat* 4-le

- 200 g porgandit
- 100 g varssellerit
- 100 g õunu
- 15 g ingverit
- 5 g tšillit
- 100 g apelsine
- 100 ml Olivia rapsiõli
- õli-soola-pipart

Tükelda salati komponendid, sega rapsiõliga ja maitsesta soola ning pipraga.



Selle suve parim *linnuliharetsept* grillile

- 500 g nahaga broilerikintsuliha
- 100 ml kookospiima
- 100 ml Olivia rapsiõli
- 30 g tandooripastat
- 10 g sidrunheina
- 10 g peterselli (tükelda väikseks)

Tükelda kintsuliha šašlökiks ja vala peale marinaad. Marinaad: kõik asjad, mis ülal kirjas, vispelda kokku.

Asendamatu *dipikaste*

- 150 g toorjuustu
- 100 ml Olivia rapsiõli
- 10 g tšillit
- 5 g koriandrit
- 50 g hapukurki
- 50 g tomatit
- näpuga soola

Tükelda kurk ja tomat ning sega kõik komponendid omavahel.



Rohkem retsepte
<http://olivia.eu>