



Grillowane nerki wieprzowe

Autor: najlepszewkuchni.pl

Jeśli tradycyjne potrawy z grilla już Ci się znudziły - pora na ciekawą, nieszablonową, oryginalną potrawę, która zaskoczy gości - cynaderki wieprzowe z grilla spełnią się w tej roli idealnie!

Przygotowanie

Krok 1

Cynaderki moczymy 3x 30 minut w zimnej wodzie. Oczyszczamy je następnie z błonek i żyłek, ponownie moczymy przez 2 godziny, a potem kroimy na mniejsze kawałki (nie za małe - aby mogły utrzymać się na ruszcie grilla).

Krok 2

Cynaderki gotujemy 15 minut w wodzie z liśćmi laurowymi, zielem angielskim i szczyptą soli, następnie wymieniamy wodę na świeżą, solimy i gotujemy kolejne 15 minut. Łączymy składniki marynaty.

Krok 3

Wystudzone cynaderki nacieramy marynatą i odstawiamy na 30 minut. Po tym czasie grillujemy je z każdej strony po 3-5 minut.

Wskazówki

Można ozdobić ziołami i rzodkiewkami

Danie: **Obiad,**

Osób: **4**

Czas: **Powyżej 1h**

Poziom trudności: **Średnie**

Składniki:

-0,5 kg cynaderek wieprzowych

-3 liście laurowe

-5 ziaren ziela angielskiego

-1 łyżeczka soli

Marynata:

- łyżki oleju,

-1 łyżka octu winnego,

-1 łyżka rozmarynu,

-1 łyżeczka soli