

Jahňacie kotlety s bylinkovým kuskusom

40—50 Min

Príprava

1. Opláchnite jahňacie kotlety studenou vodou a osušte papierovými obrúskami. Pripravte si marinádu zmiešaním olivového oleja a zmesi Kotányi na Grilovacie korenie údené. Použite túto zmes na marinovanie kotliet a nechajte ich odležať, kým nebudú pripravené na grilovanie.
2. Nechajte zovrieť vodu na kuskus. Umyté citróny v horúcej vode, potom nastrúhajte kôru.
3. V miske pripravte marinádu na kuskus zmiešaním olivového oleja, cesnaku Kotányi, kurkumy Kotányi, citrónovej kôry, citrónovej šťavy, morskej soli Kotányi a štipky papriky Kotányi. Vmiešajte kuskus. Zalejte vriacou vodou, prikryte a nechajte 10 minút napučať.
4. Príprava salsy: Opláchnite cherry paradajky a nakrájajte ich na malé kúsky. Ošúpte šalotku a nakrájajte ju nadrobno. Nasekajte mätu. Paradajky zmiešajte s olivovým olejom, citrónovou šťavou, cesnakom Kotányi a mätou. Ochuťte soľou a korením.
5. Príprava bylinkového kuskusu: Petržlenovú vňať a mätu nasekajte nadrobno a vmiešajte do kuskusu.
6. Jahňacie kotlety grilujte asi 3 – 4 minúty z oboch strán, potom zložte z grilu a zakryte alobalom. Nechajte asi 5 minút odpočívať. Dochuťte soľou.
7. Jahňacie kotlety naservírujte s bylinkovým kuskusom a salsou a podávajte.

Ingrediencie 3 Porcie

= Kotányi Produkte

16 kus	Jahňacie kotlety
4 PL	Olivový olej
4 ČL	Grilovacie korenie údené

Na bylinkový kuskus

350 ml	Voda
1.5 kus	Citróny, bez vosku
6 PL	Olivový olej
300 g	Kuskus
40 g	Petržlen, čerstvý
20 g	Mäta, čerstvá
1 ČL	Cesnak granulovaný
1 ČL	Kurkuma mletá
1 ČL	Morská soľ jedlá jódovaná
	Čierne korenie mleté