



PROLJETNO GRILLANJE

by KIKKOMAN® & TABASCO®





Došli su lijepi dani koji nas mame da više vremena provodimo vani, a jedna od čari proljeća jest mogućnost kuhanja pod suncem i priprema slasnih jela na grillu. Volimo roštilj jer svakoj namirnici daje neodoljivu dimljenu aromu, a na njega možemo baciti pljeskavice, tikvice, gljive, kukuruz.... Opcija je bezbroj, a rezultat uvijek odličan!

Međutim, i za pripremu ovakvih jela treba imati vještine, a svaki pravi grill majstor zna da tajna leži u — umaku. Pravi umak će svakoj vrsti mesa i povrća dati onu ekstra notu zbog kojeg se traže repete. Zbog toga smo vam pripremili ovu kuharicu koja će vaše proljetno grillanje podići na novu razinu uz Kikkoman i TABASCO® umake!



SAVJETI ZA GRILL MAJSTORE

Donosimo vam nekoliko jednostavnih savjeta uz koje će vaša jela na grillu svaki put ispasti savršeno, a vi postati heroj svakog roštiljanja!

1 I MESO MORA ODMORITI.

Kada meso skinete s rešetke, nemojte ga odmah rezati i servirati. Prekrijte ga folijom i pustite da odmori desetak minuta — tako se neće osušiti, već ostati sočno i mekano.

2 POKLOPAC JE TU S RAZLOGOM.

Nemojte svakog trena otvarati poklopac roštilja i okretati meso, nego dajte toplini roštilja priliku da odradi svoje. Ako previše dižete poklopac, pušate van toplinu i dim, zbog čega mesu treba dulje da se ispeče i postane suho.

3 REŠETKA VOLI MASNOĆU.

Prije svakog roštiljanja uljem namočite papirnati ubrus i prijedite njime po rešetkama — to će spriječiti da se meso zalijepi, pogotovo ako se radi o nemasnim dijelovima poput pilećih prsa. Možete koristiti i drugu vrstu masnoće, bitno je samo da se rešetka sjaji punim sjajem prije početka grill majstorija!

4

MARINADI TREBA VREMENA.

Ako prije roštiljanja meso stavite u slasnu marinadu s Kikkoman i TABASCO® umacima, nemojte da to bude samo na 5 minuta. Meso tako neće stići upiti sve arome, što je gubitak vremena, a i finih sastojaka! Pripremite sve unaprijed i stavite meso u marinadu na onoliko vremena koliko piše u receptu, a u većini slučajeva će biti dobro da u njoj odleži preko noći.

5

MAST I VATRA SU OPASNO DOBRA KOMBINACIJA.

Masnije meso je za roštilj dušu dalo, ali to znači da pokoja kapljica masti može završiti u vatri. Ako dođe do toga da se masnoća zapali, nemojte paničariti i zalijevati plamen jer ćete tako ugasiti brikete, već meso samo pomaknite na dio rešetke gdje nema izravne vatre, pričekajte da masnoća izgori, zatim vratite meso u uobičajen raspored.

Sada kada znate trikove iskusnih majstora, vrijeme je da isprobate naše recepte za fina i sočna grill jela s Kikkoman i TABASCO® umacima!

Pikantne pljeskavice

Sastojci

- 1 kg mljevenog mesa (junjetina i svinjetina)
- svježi peršin, sitno sjeckan
- 1 jaje
- 1 manji luk
- 50-100 ml Kikkoman soja umaka
- 2 žličice senfa
- 1 žlica timijana
- 1 žlica TABASCO® ljutog umaka
- 1 žlica crnog papra
- možete dodati: kumin, češnjak, kečap, neke druge začine po želji

Priprema

Stavite meso u zdjelu. Dodajte jaje, luk i sve navedene začine, dobro izmiješajte i smjesu ostavite da odmara 1 h. Oblikujte pljeskavice i pecite na roštilju dok ne poprime lijepu smeđu boju (po par minuta sa svake strane), a servirajte ih uz osvježavajuću ponzu salatu.



Prilog: svježa ponzu salata s rajčicama

Sastojci:

- 6 cherry rajčica
- šalica rikole ili neke druge zelene salate
- šalica crnih maslina
- 1 manji luk
- možete dodati: šalicu jagoda

Sastojci za dressing:

- 50 ml maslinovog ulja
- 50 ml Kikkoman Ponzu umak
- šalica svježeg korijandra, sitno isjeckanog

Kikkoman Ponzu umak

Sastojke za salatu pomiješajte u velikoj zdjeli (uvijek izaberite veću nego što mislite da vam treba, tako ćete lakše moći pomiješati sastojke). Dressing poslužite sa strane ili odmah preljite preko salate i sve skupa pomiješajte. Osvježavajuća salata će savršeno ići uz pikantne pljeskavice!

Priprema

Sastojke za salatu pomiješajte u velikoj zdjeli (uvijek izaberite veću nego što mislite da vam treba, tako ćete lakše moći pomiješati sastojke). Dressing poslužite sa strane ili odmah preljite preko salate i sve skupa pomiješajte. Osvježavajuća salata će savršeno ići uz pikantne pljeskavice!



Sočna i moćna pileća prsa s grilla

Sastojci:

- 1 kg pilećih prsa/fileta
- 60 g maslaca
- 1 češnjak, protisnut
- 2 žlice Kikkoman soja umaka
- 3 žlice smeđeg šećera ili meda
- 2 proljetna luka, sitno sjeckana
- 2 žlice pirea od rajčice
- 1 žlica TABASCO® ljutog umaka

Priprema:

Operite pileća prsa i posušite. U tavi otopite maslac i stavite sve ostale navedene sastojke, zagrijavajte i miješajte dok se sve dobro ne sjedini. Ostavite da se smjesa ohladi. Nakon što se ohladi, u smjesu dodajte prsa i dobro izmiješajte. Pecite na grillu 10-ak minuta sa svake strane i okrećite po potrebi, a kad su gotova, navalite!



Kikkoman soja umak

Možda vam se čini kao neočekivani sastojak marinade za roštilj, ali ovaj prirodno fermentirani soja umak ne pripada samo azijskoj kuhinji, već svemu daje dozu "umamija" — onog nečeg neopisivog zbog čega svako jelo dobiva puniji okus.

Butterfly skuša s grilla

Sastojci:

- otkoštена skuša
- Kikkoman soja umak
- med
- češnjak
- čili

Prilog: svježe povrće s tostiranim pinjolima

Priprema:

Skušu očistite od kostiju i razrežite tako da bude otvorena kao knjiga. Pomiješajte Kikkoman soja umak, med, češnjak i čili i tom mješavinom premažite ribu dok se peče na grillu.

Od svježeg povrća po želji (rajčica, mrkva, mladi luk, paprika, mladi špinat, tikvica) napravite sitno sjeckanu salatu s tostiranim pinjolima i nju servirajte uz grillanu skušu. Dobar tek!



Kikkoman soja umak s manje soli

Ako morate ili želite pripaziti na unos soli, probajte umak koji je jednako ukusan kao i klasičan Kikkoman soja umak, ali s 43% manje soli!

Dodajte ga u svoje juhe, povrće ili pržena jela i uživajte u jedinstvenom okusu, ali s manje soli.

Biftek ražnjići

Sastojci:

- 1 kg bifteka (goveđeg odreska) rezan na trakice
- 3 žlice TABASCO® ljutog umaka
- 4 režnja češnjaka, protisnuti
- 100 ml sherryja
- 2 žlice kukuruznog brašna
- 100 ml Kikkoman soja umaka
- 6 g đumbira, mljevenog
- 1 žlica korijandera, sjeckanog
- 1 žličica šećera
- 1 proljetni luk, fino sjeckan
- 16 drvenih čačkalica za ražnjiće

Priprema:

Pomiješajte sve sastojke i pustite da se meso u toj mješavini marinira bar 20 min. Za još bolji i sočniji rezultat meso ostavite u plastičnoj vrećici preko noći. Kada dođe vrijeme za jelo, samo nabolite meso na ražnjiće, grillajte 5 min i vaši pikantni biftek ražnjići su gotovi!



TABASCO® crveni umak

Originalni TABASCO® crveni umak stvoren je na temelju svega tri sastojka: crvenih ljutih papričica, soli i destiliranog octa. Jednostavan recept, ali samo par kapi ovog umaka upotpunit će svako jelo — i to bez glutena, bez kalorija i s manje natrija od ostalih ljutih umaka.

Umaci za BBQ

Srirachamayo

- TABASCO® sriracha umak
- majoneza

Muddymayo

- majoneza
- TABASCO® Chipotle umak
- komadići slanine

French dressing s ponzu twistom

- 10 ml Kikkoman Ponzu umak limun
- 60 ml maslinovo ulje
- 30 ml balzamičnog octa
- 1 žlica meda
- 1 žličica dijlon senfa

Za razliku od ostalih umaka, ovaj dressing traži malo više točnosti i mjerenja, ali jednom kad ga probate, shvatit ćete da se trud isplati!



TABASCO® Sriracha umak

TABASCO® Sriracha umak autentični je spoj pikantnih i slatkih ukusnih okusa azijske kuhinje, a sadrži klasični TABASCO® ljuti umak. Dodajte srirachu u omiljene rezance, juhu ili bilo koje jelo kojem odgovara ova kombinacija slatkog čilija i češnjaka.



facebook.com/nikas.hr



instagram.com/nikas_hr



KIKKOMAN®

Kikkoman is a registered trademark of Kikkoman Corporation, Japan

TABASCO®, the Diamond and Bottle Logos are trademarks of McIlhenny Co.