



Szaszłyki wieprzowe z grilla



50 min.



4 os.



500 kcal/os.



ok 5.70 zł/os

Składniki

- łopatka wieprzowa - 600 g
- czerwona papryka - 2 szt.
- cukinia - 0,5 szt.
- plastry ananasa z puszki - 5 szt.
- mała czerwona cebula - 2 szt.
- przyprawa do grilla - 1 łyżka
- ziemniaki ugotowane w mundurkach - 4 szt.
- łodyga selera naciowego - 2 szt.
- puszka kukurydzy - 1 szt.
- pokrojony gruby szczypior - 2 łyżki
- jogurt naturalny - 4 łyżki
- kwaśna śmietana - 2 łyżki
- czosnek - 2 ząbki
- posiekana natka - 1 łyżka
- sól - 1 łyżeczka
- pieprz - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania

Mięso umyj i osusz, pokrój w dość dużą kostkę. Obsyp solą i pieprzem oraz przyprawą do grilla.

Papryki umyj, pozbaw gniazd nasiennych i pokrój w dużą, ok. 2-centymetrową kostkę. Cebulę obierz i pokrój w krążki, plastry ananasa potnij w kostkę, cukinię umyj i pokrój w półksiężycy lub krążki.

Kawałki mięsa nadziewaj na patyczki szaszłykowe na przemian z papryką, cebulą, ananasem i cukinią. Grilluj ok. 20 minut, co pewien czas obracając szaszłyki, aby upiekły się z każdej strony.

Ziemniaki obierz i pokrój w kostkę, połącz z odcedzoną z zalewy kukurydzą i pokrojonym w plasterki selerem naciowym. Jogurt wymieszaj ze śmietaną, przeciśniętym przez praszkę czosnkiem i posiekaną natką. Polej sałatkę sosem i posyp pokrojonym szczypiorom. Szaszłyki podawaj ułożone obok sałatki. Smacznego!