





# Vepřové karbanátky na jehle se salátem z cibule a papriky



Druh jídla:  Vepřové maso

Příležitost:  Párty

Sezóna:  Grilovačka

Způsob vaření:  Grilování

## Suroviny pro 4 osoby:

### 1 lžíce směsi Mletá masa Avokádo

### Česneková sůl Avokádo

2 lžíce olivového oleje

1 svazek koriandru

800 g vepřové kýty

1 cibule

## Omáčka

### 2 lžičky směsi Tzatziky Avokádo

několik snítek čerstvé máty

200 ml bílého jogurtu

100 ml řeckého jogurtu

1 čerstvá okurka

## Salát

### 1 balení Salátová zálivka Bylinková Avokádo

1 cibule

2 barevné, očištěné papriky

1 kvašák

## Způsob přípravy

Omyté a očištěné maso osušíme papírovým ubrouskem, nakrájíme na malé kousky a následně dvakrát pomeleme. Oloupeme cibuli, nakrájíme ji na kostičky a osmažíme na olivovém oleji dosklovita, na konci přidáme nasekaný koriandr. Mleté maso přeložíme do mísy, přidáme vychladlou cibuli, koření přípravek Mleté maso a trochu česnekové soli podle chuti. Mleté maso musí tvořit hladkou, jednotnou hmotu. Z ní vytvarujeme válcovité karbanátky (asi 5 cm dlouhé), které napíchneme na grilovací jehly a necháme hodinu odležet v chladničce.

Mezitím si připravíme omáčku: do dvou smíchaných jogurtů přidáme oloupané a nastrohané okurky, koření přípravek Tzatziky a nasekanou mátu.

Nakrájíme cibuli nadrobno a přelijeme vroucí vodou. Papriky opečeme na grilu, pak je oloupeme a nakrájíme na proužky. Okurku oloupeme a nakrájíme na plátky. Veškerou zeleninu pak zalijeme Bylinkovou zálivku připravenou podle pokynů na obalu.

Špízy grilujeme asi 10 minut. Podáváme s předem připravenou omáčkou a barevným salátem.

