



## Baiț pentru coaste de miel

Pași: 2

Difficulty Grad:

### Ingrediente

Portions

100 ml	ulei de măsline	2 linguri	suc de lămâie
2 căței	de usturoi tocați	1	ceapă roșie tocată
1 linguriță	boia	1 linguriță	chimen
1 linguriță	ghimbir		sare, piper

### Mod de preparare

O marinată din ingrediente simple, dar extrem de aromate, va scoate orice cotlet de miel din anonimat.

**Pasul 1.** Într-un castron, amestecă uleiul de măsline cu sucul de lămâie.

Asezonează cu sare și piper.

Aaugă condimentele și amestecă. Pentru un gust afumat, poți înlocui boiaua dulce cu o variantă afumată. Amestecă bine.

**Pasul 2.** Unge cotletele de miel cu această marinadă, acoperă vasul cu folie alimentară și lasă la frigider cel puțin două ore.

**Autor:** Teo Dinescu

**Mai multe rețete de la acest autor**

**Vezi mai multe rețete si sfaturi utile din aceasta categorie:**

Baiț pentru coaste de miel

Stand 03.12.2023