

Pui marinat la gratar cu dovlecei



Ingrediente

Pentru marinata:

- jumătate de cană de suc de la 2 clementine;
- 1 lingură de ulei de masline;
- 1 catel de usturoi, pisat;
- 1 praf de piper macinat;
- Ulei vegetal pentru gatit;
- 500 g de piept de pui dezosat Galinto.

Pentru dovlecei:

- 2 dovlecei medii, taiati în felii de jumătate de cm grosime;
- 2 linguri de ulei de masline.

Preparare

Într-un bol adânc, amestecați împreună toate ingredientele pentru marinată. Puneți carnea de pui într-o pungă de depozitare mare, de plastic. Turnați marinata peste carne și etansați punga. Agitați punga pentru a se acoperi carnea în totalitate cu marinata. Refrigerati-o timp de o oră, minimum. Pulverizați grătarul cu ulei și preîncălziți-

l la foc mediu-mare. Puneti carnea pe gratar si apoi ungeti-o cu marinata ramasa din pungă. Carnea va ramane pe gratar aproximativ 4-5 minute pe fiecare parte. Pe gratarul incins, puneti dovleceii si lasati-i timp de 3-5 minute, întorcându-i pe fiecare parte.

Aranjati carnea de pui împreuna cu dovleceii, pe o farfurie si savurati imediat.