Jak marynować karkówkę? 3 przepisy na marynatę do karkówki

Składniki

	Pierwsza marynata do karkówki
	Musztarda miodowa
	Posiekana cebula
	Pieprz
	Lubczyk
	Olej rzepakowy
	Druga marynata do karkówki
2 ząbki	czosnku
	Cebula
1	łyżka miodu
	Tymianek
	Kminek
	Olej rzepakowy
	Trzecia marynata do karkówki
	Kolendra
	Chili
	Czosnek
	Cebula
	Sos sojowy
	Miód

Przygotowanie:

Pierwszy sposób – jeśli mamy czas na marynowanie:

Pierwszym sposobem przygotowania karkówki jest umieszczenie mięsa na **24 godziny** lub na całą noc w solance w lodówce. Możemy przygotować 3%, 5% lub 6% roztwór – ważne jest natomiast, aby nie przesadzić z ilością soli. **My przygotowaliśmy solankę 5%, czyli 50 gramów soli na 1 litr wody**.

Drugi sposób – jeśli nie mamy czasu na marynowanie:

Przygotowujemy kawałek karczku – wykrawamy cienkie plastry o grubości **1 cm**. Staramy się dość gęsto ponacinać włókna w karczku. Nacinamy je na wzór kratki, w tych wszystkich zagłębieniach umieścimy później marynatę. Dzięki temu mięso dużo szybciej się zamarynuje.

Marynata do karkówki – pierwszy przepis

1. Wyjmujemy mięso z solanki – nie solimy go później.
2. Do musztardy miodowej dodajemy pokrojoną cebulę, dużą ilość pieprzu, lubczyk oraz olej rzepakowy.
3. Łączymy wszystkie składniki i z dwóch stron nacieramy mięso.
4. Grill rozgrzewamy do **160–180°C**. Nie rozgrzewamy grilla mocniej, aby mięso grillowało się powoli i nie przypalało. Układamy mięso na grillu.

Marynata do karkówki – drugi przepis

1. Czosnek przeciskamy przez praskę.
2. Dodajemy pokrojoną cebulę, łyżkę miodu, kilka gałązek tymianku (dodajemy same listki, pozostałe gałązki oddzielamy), dodajemy olej, kminek rozdrabniamy w moździerzu (lub kupujemy już rozdrobniony).
3. Mięso nie było wcześniej w solance, dlatego trzeba je posolić. Mięso solimy z każdej strony (Uwaga! Nie solimy marynaty, a samo mięso).
4. Mięso nacinamy: karczek kroimy na cienkie, 1-centymetrowe plastry, a następnie nacinamy jego włókna, tworząc wzór kratki.
5. Mięso dokładnie nacieramy marynatą, tak, aby dokładnie wypełniła nacięcia.
6. Grill rozgrzewamy do **160–180°C**. Nie rozgrzewamy grilla mocniej, aby mięso grillowało się powoli i nie przypalało. Układamy mięso na grillu.

Marynata do karkówki – trzeci przepis

1. Mieszamy kolendrę, chili, zgniecione dwa ząbki czosnku, pokrojoną cebulę, sos sojowy oraz miód. Sos sojowy jest słony, dlatego nie musimy już dodatkowo solić mięsa.
2. Dodajemy odrobinę oleju.
3. Ponacinane mięso (mięso tniemy na cienkie plastry, około 1-centymetrowe) dokładnie pokrywamy marynatą z dwóch stron.
4. Grill rozgrzewamy do **160–180°C**. Nie rozgrzewamy grilla mocniej, aby mięso grillowało się powoli i nie przypalało. Układamy mięso na grillu.