



Ingredience

- NIKAL Olivový olej Extra
- NIKAL Harmonie s chilli a paprikou
- 4 hovězí steaky z kýty, a cca 200 g
- 1 červená paprika
- 1 žlutá paprika
- 6 stroužků česneku
- 1 lžička mořské soli
- 1 žloutek
- 1 lžička hořčice
- 2,5 lžičce nastrouhané citronové kůry z jednoho BIO citronu

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Kotkova 710/3
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Chilli hovězí špízy s omáčkou aioli s citronem



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 40 minut.

Příprava:

4 hovězí steaky nakrájíme na větší kousky asi 4 cm. Maso dáme do misky a okořeníme NIKAL Harmonie s chilli a paprikou. Přidáme 4 lžičce Nikal Olivového oleje Extra a vše dobře promícháme. Dáme do ledničky.

Mezitím Vydáme z paprik jadřince a nakrájíme na kostičky asi 4 cm velké.

6 stroužků česneku oloupeme a nasekáme nahrubo. Dáme do mixéru, přidáme mořskou sůl a důkladně rozmixujeme. Přidáme žloutek, hořčici a citronovou kůru, už jen krátce promixujeme až vznikne jemná omáčka. Potom za stálého běhu mixéru velmi pomalu přiléváme 150 ml NIKAL Olivového oleje Extra až vznikne krémová hmota. Omáčku aioli dáme vychladnout do ledničky.

Kousky hovězího střídavě s paprikou napícháme na špejle. Na oleji ve větší pánvi špízy osmažíme asi 10 minut. Pravidelně otáčíme. Podáváme polité aioli omáčkou.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 55,7 g tuk • 5,2 g sacharidy • 40,7 g bílkoviny • 2,9 g vlákniny • Energetická hodnota 683 kcal