



## Ingredience

- NIKAL BIO Indické koření
- NIKAL Harmonie s pepřem
- NIKAL Rajčatové pesto
- NIKAL Přírodní olivový olej Extra
- 4 plátky hovězí roštěné, a 250g
- 800g středně velkých brambor varného typu A
- 3 lžíce kečupu
- 1 lžíce worchesterové omáčky
- ½ lžičky pravého chilli

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](http://www.nikal.cz)  
E-Mail [nikal@nikal.cz](mailto:nikal@nikal.cz)

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

## Hovězí špízy s indickými bramborami



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 50 minut.

### Příprava:

Roštěnou rokrájíme na stejně velké kostky a napícháme na dřevěné nebo kovové jehly.

800g středně velkých brambor podélně rozkrájíme na měsíčky a důkladně je potřeme 4 lžícemi **NIKAL Přírodního olivového oleje Extra** a 1 lžící **NIKAL BIO Indického koření**.

Brambory rovnoměrně rozdělíme na plech, položíme na gril a za pravidelného obracení pečeme z každé strany asi 25 minut.

Mezitím smícháme 2 lžíce **NIKAL Rajčatového pesta** se 60ml vody, přidáme 60ml **NIKAL Přírodního olivového oleje Extra**, 3 lžíce kečupu, 1 lžící worchesteru a ½ lžičky pravého chilli.

Poté dáme na gril hovězí špízy a grilujeme je z každé strany asi 8 - 10 minut. Dochutíme je **NIKAL Harmonií s pepřem** a servírujeme s bramborami a omáčkou.

**Nutriční hodnoty na jednu porci:** 31,2 g tuk • 34,4 g sacharidy • 59,5 g bílkoviny  
4,9 g vlákniny • Energetická hodnota 664 kcal