

Bez puno
do **DRILA**
SOČNOG
GRILLA

Knjižica **GRILL** recepata



SADRŽAJ

Svinjski kotleti s roštilja	4	BBQ svinjska rebarca u foliji	36
Pileća prsa s grilla	6	Ražnjići marinirani u pivu	38
Ražnjići od lososa	8	Pileći burger	40
Classic chilli burger	10	Juneći odresci na neobičnom prilogu	42
BBQ rebra na grillu	12	Šareni ražnjići	44
Rebarca s grilla	14	Vege odresci s marinadom	46
Povrtno-pureći ražnjići	16	Pulled pork burger	48
Salata od rikule sa senfom	18	BBQ lungić s aromatičnim rajčicama	50
T-bone odrezak u grill marinadi	20	Ukusna vratina sa zapečenim grahom	52
Sočni losos s roštilja	22	Pržena tuna na supersalati	54
Topli sendvič s kobasicama	24	Punjeni kotleti na žaru	56
Bbq piletina s meksičkom salatam	26	Macho hamburger	58
Burgeri od slanutka na roštilju	28	Mladi krumpir s ajvarom	60
Biftek u grill marinadi	30	Biftek rollice	62
Pikantni pire s ajvarom	32	Rollice od ramstecka s povrćem	64
Sočni burgeri s ajvarom	34	Pikantne pljeskavice s roštilja	66
		Svinjetina iz pećnice	68

SVINJSKI KOTLETI S ROŠTILJA



30'
+ vrijeme
mariniranja



4x



jednostavno

SASTOJCI:

**1 Vegeta Grill
marinada s češnjakom**

2 žlice maslinova ulja

30 ml konjaka

600 g svinjskih kotleta

ZA PRIOG:

1 poriluk

3 žlice maslinova ulja

500 ml vode

1 žličica Vegete Natur

250 g Kus-kusa

Zlato polje



PRIPREMA:

Vegeta Grill marinadu s češnjakom pomiješajte s maslinovim uljem i konjakom.

Kotlete prelijte marinadom, dobro je utrljajte u meso i ostavite 30 minuta.

Dok se meso marinira, pripremite prilog.

Poriluk prerežite, dobro isperite i sitno narežite. Na zagrijano maslinovo ulje stavite poriluk i popecite uz miješanje, dok ne uvene. Ulijte 500 ml vode, dodajte Vegetu Natur i zagrijte dok ne zakipi. Uspite kus-kus i promiješajte. Maknite s vatre, poklopite i ostavite stajati (3 – 5 minuta).

Na zagrijani roštilj ili grill tavu stavite kotlete te ih ispecite do rumene boje sa svih strana.

Poslužite tople kotlete s kus-kusom koji prije posluživanja razrahlite vilicom.

SAVJET:

Kotleti su debljine oko 1 cm i nije ih potrebno „tući“.

Pileća PRSA S GRILLA



30'
+ vrijeme
mariniranja



4x



jednostavno

SASTOJCI:

4 veća komada pilećeg filea
(4x oko 200 g)

1 Vegeta Grill marinada pikantna

1 žlica nasjeckanog peršina

2 mlada luka

2 žlice limunovog soka

50 ml maslinovog ulja

Ajvar ljuti Podravka



PRIPREMA:

Pileće filee očistite, operite, posušite papirnatim ubrusom i prelijte Vegeta Grill marinadom pikant. Pustite ih da odstoje 30-ak minuta.

Marinirano meso popecite na roštilju ili grill tavi sa svih strana.

Pečenu piletinu premažite mješavinom nasjeckanog peršina, sitnije narezanoga mladog luka, maslinovog ulja i limunovog soka.

Za potpunu sočnost jela poslužite s ljutim ajvarom.

SAVJET:

Premazivanjem pečene piletine maslinovim uljem uz dodatak peršina, češnjaka i limunova soka, dodatno će se zatvoriti pore i meso će duže ostati sočno.

RAŽNJIĆI OD LOSOSA



30'
+ vrijeme
mariniranja



4x



jednostavno

SASTOJCI:

1 kg fileta lososa

1 Vegeta Natur za ribu

50 ml maslinovog ulja

2 limuna ili limete

2 žlice svježeg nasjeckanog
origana

16 drvenih štapića za
ražnjiće

ZA POSLUŽIVANJE

Ajvar blagi Podravka



PRIPREMA:

Filete lososa dobro operite i posušite papirnatim ubrusom. Narežite ih na pravokutnike veličine oko 3x5 cm i stavite ih u posudu. Posipajte ih Vegetom Natur za ribu, prelijte maslinovim uljem i lagano izmiješajte. Pustite ih da odstoje 30-ak minuta.

Limun narežite na tanke ploške.

Uzmite 2 štapića za ražnjiće pa na njih nabodite komad lososa tako da razmak između štapića bude oko 1-1,5 cm. Zatim nabodite na pola presavijenu plošku limuna, a zatim losos.

Na štapiće naizmjenice nižite komade lososa i ploške limuna. Svaki ražnjić počnite i završite s lososom.

Tako pripremljene ražnjiće ispecite sa svih strana po 2 minute, na dobro zagrijanom roštilju ili u grill tavi.

Pečene ražnjiće stavite u vatrostalnu posudu, posipajte ih nasjeckanim origanom, poklopite i pustite da odstoje oko 2 minute.

Poslužite uz ajvar i popržene kriške svježeg kruha.

SAVJET:

Štapiće za ražnjiće namočite u vodu i pustite ih da odstoje oko 1 sat, kako prilikom pečenja ne bi izgorjeli.

CLASSIC CHILLI BURGER

30'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

500 g mljevene junetine

1 jaje

**½ pakiranja Vegete
Natur Grill Burger
Classic (15 g)**

maslinovo ulje za
pečenje

ZA UMAK:

100 g majoneze

2-4 žlice Ketchupa ljutog Podravka

100 g grčkog jogurta

1 žličica Vegeta Maestro vlasca

4 peciva za hamburger

4 lista zelene salate

1 rajčica

1 ljubičasti luk



PRIPREMA:

Mesu dodajte jaje, Vegetu Natur za burgere i dobro promiješajte. Od pripremljene smjese oblikujte burgere. Popecite ih na nauljenoj tavi (ili grill tavi) s obje strane do zlatne boje.

Pripremite umak od majoneze, Ketchupa, grčkog jogurta i vlasca.

Pecivo za hamburger prerežite, pa na donji sloj prvo stavite žličicu umaka, preko njega list salate, plošku rajčice, zatim kolutove luka i na kraju burger.

Pokrijte ploškom rajčice, žličicom umaka, a zatim poklopite drugim dijelom peciva.

Poslužite odmah s pikantnim umakom.

SAVJET:

Nova ideja umjesto luka stavite
sitno narezano zelje.

BBQ REBRA NA GRILLU



SASTOJCI:

**1 BBQ SPARE RIBS
(svinjska rebra)
Podravka (500 g)**

1 srednja tikvica
1 komorač
1 klip mladog kukuruza
1 crvena paprika
1 ljubičasti luk
nekoliko smeđih
šampinjona
2 dugačka peciva za
sendvič (ili francuz)

ZA BBQ UMAK:

**2 žličice Vegeta Maestro crvene
paprike**

1-2 žlice octa
1 žlica šećera

½ žličice soli

**1 žlica Ketchupa ljutog
Podravka**

Vegeta Maestro crni papar

1 žličica sitno narezanog
đumbira

½ ljubičastog luka

1-2 mlada luka

½ limete



PRIPREMA:

BBQ SPARE RIBS svinjska rebra su začinjena paprikom i drugim začinima, vakumirana i sporo kuhana.

BBQ umak pripremite tako da crvenoj paprici dodate ocat, šećer i sol te izmiješate u pastu. Pastu od crvene paprike dodajte ljuti ketchup, malo svježeg mljevenog papra, đumbir, sitno narezani ljubičasti luk, narezani mladi luk, ocijeđeni sok limete. Sve dobro promiješajte i umak je gotov.

Povrće za gril narežite na veće komade (i nemojte ih prepeći kod pripreme). Tikvicu narežite na deblje ploške, malo u koso, kukuruz prerežite na pola, a papriku i luk također prerežite po pola.

Na zagrijanu rešetku grilla stavite komade povrća i komade rebra. Rebra pecite sa svake strane 3-4 minute. Na grillu popecite i prerezano pecivo. Meso je vrlo mekano, na dasci ga narežite, a zatim vrlo lako i jednostavno izvadite kosti.

Na pecivo nanosite pripremljeni BBQ umak, pa po njemu bogato rasporedite meso. Preko mesa posložite pečeno povrće, poklopite drugim dijelom peciva i poslužite.

SAVJET:

BBQ SPARE RIBS (svinjska rebra) možete poslužiti i uz hrskave krumpiriće i coleslaw salatu.

REBARCA S GRILLA

85'
+ vrijeme
mariniranja



4x



jednostavno

SASTOJCI:

2 kg svinjskih rebarca

1 Vegeta Natur Grill pikantno pečenje (30 g)

2 žlice cvjetnog meda

150 ml vode

6 žlica ulja

ZA UMAK:

100 g luka

20 g Podravka Majstor pancete

3 žlice ulja

2 češnja češnjaka

1 chili papričica

1 žličica smeđeg šećera

300 ml tamnog piva

200 ml Passate Podravka

sol

Vegeta Maestro šareni papar

Ajvar blagi Podravka



PRIPREMA:

Rebra narežite na veće komade, a Vegetu Natur pikantno pečenje pomiješajte s medom i dobro premažite po rebarcima. U veći komad folije u jedan red posložite pola količine narezanih rebara. Foliju zatvorite prvo uz rub po dužini, pa onda jedan kraj folije također dobro zatvorite. Kroz otvorenu stranu ulijte 75 ml vode i 3 žlice ulja, pa i taj kraj dobro zatvorite, ali pazite da folija nije previše stisnuta uz meso kako bi toplina unutra mogla cirkulirati.

Na isti način pripremite i drugi paket. Pustite da paketi odstoje barem 1 sat pa ih položite na zagrijani roštilj. Pripremljene pakete pecite na grillu 45-60 minuta na srednjoj vatri. Sitno nasjeckani luk i pancetu popržite u tavici na ulju do zlatne boje. Dodajte protisnuti češnjak, nasjeckanu chili papričicu, smeđi šećer, kratko prokuhajte pa zalijte pivom. Umak pirjajte na laganoj vatri 10-ak minuta da se zgusne, pa dodajte pasiranu rajčicu i još kratko prokuhajte. Posolite i popaprite po potrebi. Meso izvadite iz folije. Foliju bacite, a meso vratite na grill i pecite na lakšoj vatri 10-15 minuta neprestano ga lagano premazujući pripremljenim umakom.

Meso poslužite s preostalim umakom ili blagim ajvarom.

SAVJET:

Za pripremu rebarca na roštilju birajte ona manja, kraća, koja se nalaze uz samu kralježnicu, u američkom roštiljskom žargonu poznata kao baby ribs.

Povrtno-pureći ražnjići

45'  6x  
jednostavno

Sastojci:

1 kg puretine
**1 Vegeta Natur Grill
Classic**
200 g tikvica
200 g šampinjona
200 g luka
100 g zelene paprike

100 g crvene paprike
200 g cherry rajčica
6 žlica ulja
drveni štapići za
ražnjiće
**Ajvar Podravka
(blagi ili ljuti)**



Priprema:

Puretinu operite, osušite, narežite na kocke i posipajte Vegetom Natur Grill Classic.

Tikvice operite i narežite na kocke, šampinjone očistite četkicom i narežite na polovice, luk očistite i narežite na ploške.

Paprike operite i narežite na kocke. Cherry rajčice operite. Kocku mesa nabodite na štapić, dodajte tikvicu, šampinjon, luk, papriku i cherry rajčicu. Postupak ponavljajte dok ne potrošite sve sastojke.

Pripremljene ražnjiće pecite na grill tavi koju ste premazali uljem.

Ražnjiće poslužite s ajvarom i kukuruznim kruhom.

SAVJET:

Ražnjiće pripremite dan prije, premažite ih uljem i ostavite u hladnjaku da se mariniraju.

SALATA OD RIKULE SA SENFOM



SASTOJCI:

2 ploške bageta narezane na kocke
1 žlica maslinova ulja
80 g mlade rikule
100 g cherry rajčica
4 rotkvice
100 g sira skute
nekoliko jezgri oraha za posluživanje

ZA PRELJEV:

1 ljutika (mali luk kozjak)
1 žlica Senfa Gold Podravka
3 žlice maslinova ulja
1 žlica ocijeđenog limunova soka
svježe mljeveni Vegeta Maestro crni papar
sol



PRIPREMA:

U tavi zagrijte maslinovo ulje i na njemu popecite kockice kruha sa svih strana da dobiju zlatnu boju. Izvadite ih iz tave na upijajući papir. U posudu u kojoj ćete poslužiti salatu stavite sitno narezanu ljutiku, senf, maslinovo ulje, limunov sok, crni papar i prstohvat soli, pa sve dobro izmiješajte.

Dodajte rikulu koju izmiješate tako da svaki listić dobije malo preljeva. Po njoj rasporedite narezane rajčice, na ploške narezanu rotkvicu, popečeni kruh i sve lagano izmiješajte.

Pospite na kockice narezanim sirom i narezanim orasima te odmah poslužite.

SAVJET:

Poslužite na plićem ovalu kako bi sastojci pokazali svu svoju raskoš.

T-BONE ODREZAK U GRILL MARINADI

60'  3-4x   jednostavno

SASTOJCI:

T-bone odrezak
(oko 600 g)

**1 Vegeta Grill
marinada pikantna**

2 patlidžana

2 tikvice

4 rajčice

2 – 3 ljubičasta luka

sol

Vegeta Maestro crni papar

200 g ploški polutvrdog sira

**150 g Ajvara blagog
Podravka**

3 – 4 suhe smokve

maslinovo ulje

nekoliko lješnjaka

ulje za premazivanje roštilja



PRIPREMA:

Odrezak premažite marinadom. Stavite ga u vrećicu i pustite da odstoji barem 30 minuta ili duže, hermetički zatvoren.

Patlidžane narežite na kolutove debljine od oko ½ cm, posolite ih i ostavite da odstoje oko 15 minuta, a zatim ocijedite. Tikvice, rajčice i luk narežite na kolutove debljine ½ cm, lagano posolite i popaprite. Svaku plošku sira narežite na četiri dijela.

U nauljenu posudu za pečenje (25 cm x 15 cm) složite povrće tako da naizmjenice slažete plošku patlidžana, sir, plošku tikvice, ljubičasti luk, sir, pa plošku rajčice. Tako slažite redom dok ne potrošite sve sastojke.

Pospite narezanim suhim smokvama, nakapajte maslinovim uljem, pokrijte folijom i pecite oko 15 minuta u pećnici zagrijanoj na 200 °C. Otklopite foliju, pospite grubo nasjeckanim lješnjacima i pecite još oko pet minuta.

Dobro zagrijane rešetke na roštilju premažite uljem, stavite odrezak, pa ga s obje strane pecite tako da ga izvana lijepo zapečete, a da iznutra ostane ružičast. Gotovi odrezak skinite s roštilja, stavite u toplu posudu i pustite da nepokriven odstoji deset minuta.

Pikantni odrezak poslužite s veselim prilogom od povrća, popečenim kruhom i ajvarom.

SAVJET:

Povrće treba biti podjednakovog promjera, a patlidžani duguljasti.

SOČNI LOSOS S ROŠTILJA



45'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

- 4 odreska od lososa (oko 1 kg)
- 1 Vegeta Grill marinada pikantna**
- 2 limuna
- vezica zelenih šparoga
- 2 grozda cherry rajčica
- maslinovo ulje



PRIPREMA:

- Odreske lososa premažite marinadom i ostavite oko 30 minuta.
- Limun narežite na kolutove, a šparogama odrežite zadebljale dijelove.
- Šparoge kratko blanširajte u posoljenoj vodi, ocijedite i posušite.
- Roštilj zagrijte, premažite ga lagano maslinovim uljem.
- Na njega složite kolutove limuna, a na limun marinirane odreske lososa.
- Pecite na roštilju oko 15 minuta, to jest dok se riba lagano ne raspada pod vilicom.
- Na roštilj, pokraj odrezaka lososa stavite šparoge i rajčice i pecite još oko pet minuta.
- Povrće nakapajte maslinovim uljem.
- Losos s roštilja poslužite topao s pripremljenim povrćem i ploškama limuna.

SAVJET:

Losos ovako pripremljen vrlo je sočan. Ako želite, potkraj možete maknuti limun i kratko ga zapeći na roštilju.

Topli sendvič s kobasicama



15' 2x jednostavno

Sastojci:

2 male integralne ciabatte ili
neko drugo pecivo

2 ploške sira

**2 Kranjske kobasice
Podravka**

1 žlica ulja

1 rajčica

2 lista salate

**2 žlice Senfa Dijon
Podravka**

1 ljubičasti luk



Preprema:

Ciabatte prerežite po pola i na suhoj, zagrijanoj tavi popecite ploške do zlatne boje.

Na donje ploške stavite sir da se lagano otopi.

Kobasice prerežite po dužini na pola i popecite na zagrijanoj, nautjenoj tavi do rumene boje.

Na plošku sa sirom stavite list salate, ploške rajčice,

2 polovice kobasica i žlicu senfa.

Posipajte lukom narezanim na kolutove i poklopite ploškom kruha.

SAVJET:

Odaberite kruh ili pecivo koje volite i zagrijte.

BBQ PILETINA S MEKSIČKOM SALATOM

60'  2x  
jednostavno

SASTOJCI:

600 g malih bataka
(odvojenih od krilca)

**1 Vegeta Grill
marinada BBQ**

ulje

1 crvena paprika

1 zelena paprika

½ glavicice ljubičastog

luka

**100 g konzerviranog
Kukuruza šećerca Podravka**

**100 g konzerviranog
Krupnog bijelog graha
Podravka**

maslinovo ulje

limun

sol

Vegeta Maestro crni papar

listići rikule za posluživanje



PRIPREMA:

Piletinu stavite u posudu, prelijte marinadom i pustite da odstoji barem 30 minuta na hladnom mjestu kako bi se okusi dobro proželi.

Dok se piletina marinira, pripremite salatu.

Na kockice narežite crvenu i zelenu papriku. Dodajte narezani luk te ocijedeni i isprani kukuruz šećerac i grah. Salatu začinite maslinovim uljem, svježe ocijedenim limunovim sokom, posolite i posipajte svježe mljevenim crnim paprom.

Salatu možete ukasiti listićima mlade rikule.

Roštilj zagrijte na srednje laganoj vatri. Premažite ga s malo ulja kako biste izbjegli lijepljenje.

Piletinu posložite na roštilj tako da pri rukovanju piletinom na roštilju uvijek koristite hvataljke.

Meso okrećite da se ravnomjerno ispeče. Za to vam je potrebno oko 15 minuta.

Pečenu piletinu stavite u posudu, ukasite rikulom i poslužite s meksičkom salatom.

SAVJET:

Piletinu treba lagano peći na roštilju, a na isti je način možete pripremiti i u pećnici na 210 °C.

BURGERI OD SLANUTKA NA ROŠTILJU



SASTOJCI:

1 tikvica (250 g)

1 mrkva (100 g)

**240 g konzerviranog
Slanutka Podravka**

**3 žličice Vegete Natur
Grill Burger Classic**

1 češanj češnjaka

1 žlica mljevenih sjemenki lana
(ili mljevenih chia sjemenki)

2 – 3 žlice krušnih
mrvica (integralni ili
raženi kruh)

2 žlice maslinova ulja
4 integralna okrugla
peciva

salatni krastavac
rajčica



PRIPREMA:

Tikvice naribajte pomoću ribeža, stavite u veliku posudu za miješanje i dodajte 1 žličicu soli.

Ostavite ih deset minuta, a zatim lagano stisnite rukom da uklonite višak vode.

Dodajte naribanu mrkvu, slanutak koji ste grubo usitnili štapnim mikserom ili u sjeckalici i Vegetu Natur Burger Classic.

Zatim dodajte sitno nasjeckani češnjak, sjemenke lana, krušne mrvice i maslinovo ulje.

Smjesu dobro promiješajte i oblikujte burgere.

Na zagrijanom roštilju ili grill tavici ispecite burgere.

Veganske burgere poslužite s ploškama rajčice i narezanim salatnim krastavcem u integralnom pecivu. Možete dodati i umak od grčkog jogurta.

SAVJET:

Krušne mrvice pripremite tako da kruh usitnite u sjeckalici i lagano posušite.

Biftek u Grill Marinadi



20' + vrijeme mariniranja



4x



jednostavno

Sastojci:

4 bifteka debljine
2-3 cm (oko 600g)

**Vegeta Maestro
šareni papar**

**1 Vegeta Grill
marinada s pivom**

ulje za premazivanje
roštilja

Za zapečenu palentu:

1 žlica maslinova ulja

1 žlica maslaca

1 češanj češnjaka

400 ml vode

300 ml mlijeka

sol

**Vegeta Maestro crni papar
250 g palente Zlato polje**



Priprema:

Bifteke dobro popaprite i prelijte Vegeta Grill marinadom s pivom. Pustite ih neka odstoje 30 minuta ili duže, hermetički zatvorene. Dobro zagrijani roštilj premažite uljem, stavite bifteke pa ih s obje strane pecite tako da se izvana zapeku, a iznutra ostanu ružičasti. Kad su gotovi, stavite ih u toplu posudu i pustite neka odstoje deset minuta.

Ugrijte maslinovo ulje i na njemu rastopite maslac. Dodajte češnjak, kratko popržite te ulijte vodu i mlijeko. Posolite i popaprite po želji i kad proključa, usipajte palentu i miješajte još dvije minute ili dok se ne zgusne. U namašćenu posudu za pečenje izlijte smjesu i ostavite da se ohladi. Palentu izrežite na komade i zapecite na roštilju.

Biftek u grill marinadi poslužite sa zapečenom palentom i salatom.

SAVJET:

Prilikom pečenja biftek nemojte okretati vilicom, već hvataljkama da svi sokovi ostanu u odresku.

Pikantni pire s ajvarom



45'  4x  
jednostavno

Sastojci:

800 g krumpira

50 g maslaca

1 žlica kiselog vrhnja

3 žlice Ajvara ljutog Podravka

1 žličica Vegete



Priprema:

Skuhajte narezani krumpir u slanoj vodi, ocijedite ga i izgnječite.

Dodajte maslac, kiselo vrhnje, ljuti ajvar te Vegetu i sve dobro izmiješajte.

Na laganoj vatri kratko prokuhajte i odmah poslužite uz pečena mesa ili mesa s roštilja.

SAVJET:

U gotovi pire možete umiješati
2 – 3 nasjeckana mlada luka.

SOČNI BURGERI S AJVAROM



35'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

500 g miješanog mljevenog mesa

1 glavica crvenog luka
peršin

2 žlice Ajvara blagog Podravka

sol

Vegeta Maestro crni papar

50 ml ulja za pečenje

4 integralna peciva

4 žlice Ketchupa blagog Podravka

4 lista zelene salate

2 svježe rajčice

100 g svježe paprike



PRIPREMA:

Mljeveno meso stavite u dublju posudu, dodajte sitno nasjeckani luk, sjeckani peršin, ajvar, sol i papar. Sve dobro izmiješajte i pustite na hladnom oko 30 minuta.

Nakon toga oblikujte pljeskavice i ispecite ih na zagrijanom roštilju ili grill tavi.

Pecivo razrežite popola, premažite kečapom, na to stavite pljeskavice, zelenu salatu, rajčicu narezanu na tanke ploške, luk i malo svježe paprike.

Poslužite sa sezonskom salatom i prženim krumpirićima.

SAVJET:

Kečap možete pomiješati i s 2 – 3 žlice majoneze.

BBQ SVINTSKA REBARCA U POLITI

60'  2x   jednostavno

SASTOJCI:

600 g tanjih svinjskih rebaraca

1 Vegeta Grill marinada BBQ

1 vezica mladog luka

1 crvena paprika

1 tikvica

1 ljubičasti luk

100 g Ajvara blagog Podravka

100 g feta sira

maslinovo ulje



PRIPREMA:

Svinjska rebarca u komadu prelijte sadržajem iz pakiranja Vegeta Grill marinade BBQ i utrljajte u meso. Tako marinirana rebarca stavite u hladnjak na 30 minuta ili duže.

Izvadite meso iz hladnjaka i pričekajte da se temperira na sobnu temperaturu. Zagrijte roštilj i stavite peći rebarca u komadu na rebrasti dio roštilja. Nakon što su rebarca polupečena s jedne strane, okrenite ih na drugu stranu.

Polupečena rebarca odložite na pripremljenu aluminijsku foliju, na mladi luk, te umotajte tako da ostavite malo mjesta da meso „prodiše“ i dovrši se u vlastitom umaku od marinade. Umak će se stvoriti kondenzacijom pare iz mesa. Tako umotana rebarca vratite na roštilj i pecite ih deset minuta na laganoj vatri s objiju strana.

Pečena svinjska rebarca nakon pečenja maknite s roštilja i pustite da se odmire (zamotana) deset minuta. Otvorite aluminijsku foliju, odložite svinjska rebarca na dasku za rezanje i narežite ih na komade.

Na roštilju ispecite povrće narezano na ploške.

Na sredinu okruglog tanjura za posluživanje stavite ajvar, a oko njega u krug lepezasto, naizmjenično složite pečeno povrće. Posipajte kockicama feta sira, nakapajte s malo maslinova ulja i poslužite uz narezana rebarca.

SAVJET:

Vrijeme pečenja ovisi o veličini rebaraca. Da bi bilo praktičnije, rebarca stavite u vrećicu, ulijte marinadu i tako ostavite da se sastojci dobro povežu.

RAŽNJIČI MARINIRANI U PIVU

30'
+ vrijeme
mariniranja



4x



srednje
zahtjevno

SASTOJCI:

600 g pilećeg filea

**1 Vegeta Grill
marinada s pivom**

2 ljubičasta luka

2 žute paprike

2 crvene paprike

150 g šampinjona

1 tikvica

100 g mozzarelle



PRIPREMA:

Piletinu narežite na kockice podjednake veličine, stavite u posudu i prelijte marinadom. Ostavite marinirati pola sata, a ako želite jači okus, ostavite meso u marinadi i dulje.

Luk ogulite i prokuhajte ga deset minuta na laganoj vatri. Prerežite popola i lagano uklonite sredinu. Po jednu papriku od svake boje narežite približno na veličinu kockica mesa, a ostale na manje kockice. Šampinjone narežite na četvrtine, a tikvice na kolutove. Šampinjone i paprike narezane na sitnije kockice kratko popecite na zagrijanom roštilju samo da malo zamirišu. Maknite ih sa strane, posolite, popaprite, pa tim povrćem napunite polovice luka.

Punjeni luk pecite u pećnici zagrijanoj na 180 °C deset minuta. Preko povrća naribajte mozzarellu i pecite još pet minuta da se mozzarella otopi.

Meso iz marinade i paprike većih kockica naizmjenično nanižite na štapiće za ražnjiće. Pripremljene ražnjiće poredajte na dobro zagrijani roštilj pa pecite sa svih strana da dobiju lijepu boju (deset minuta sa svake strane).

Između ražnjića stavite kolutove tikvica i zajedno s ražnjićima popecite.

Meso će biti mekano, sočno i ukusno. Ražnjiće možete peći i u grill tavi.

Tople ražnjiće poslužite s punjenim lukom.

SAVJET:

Ako koristite drvene štapiće, prethodno ih namočite u vodi kako tijekom pečenja ne bi gorjeli. Za pripremu ražnjića možete koristiti i drugu vrstu mesa.

Pileći BURGER



35'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

500 g mijevene piletine

**2 žlice Vegete Natur
Grill Burger Classic**

2 žlice maslinova ulja

**4 ploške Hamburgera
(Podravskog špeka)
Podravka**

**200 g Ketchupa blagog
Podravka**

100 g majoneze

50 g kiselog vrhnja

**2 žličice Senfa rustica
Podravka**

4 peciva za hamburger

2 – 3 lista zelene salate

100 g cherry rajčica

200 g mozzarelle
narezane na ploške



PRIPREMA:

Meso posipajte Vegetom Natur Burger Classic, dobro promiješajte i oblikujte burgere.

Burgere premažite maslinovim uljem i pecite na roštilj tavi ili grill tavi. Popržite i ploške špeka.

Kečap, majonezu, vrhnje i senf dobro izmiješajte.

Kad je meso gotovo, u pecivo stavite pripremljen hambi umak, zelenu nasjeckanu salatu, prerezane cherry rajčice, pečeni špek i burger, mozzarellu te poklopite gornjim dijelom peciva.

Poslužite uz pomfrit.

SAVJET:

Piletinu možete zamijeniti puretinom.



JUNEĆI ODRESKI NA NEOBIČNOM PRIOLOGU

80'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

4 juneća odreska debljine 1,5 cm (oko 600g)	1 l vode
4 žlice maslinova ulja	2 žlice maslinova ulja
1 Vegeta Grill marinada classic	200 g palente Zlato polje
100 ml crnog vina	60 g parmezana
1 žlica Pekmeza od šljiva Podravka	1 žličica Vegeta Maestro usitnjenog bosiljka
1 žlica nasjeckanog peršina	300 g kuhanog krumpira



PRIPREMA:

Na zagrijano ulje stavite odreske i zapecite ih s objiju strana.

U posudu dodajte marinadu, vino i malo vode. Pirjajte poklopljeno na laganoj vatri oko jedan sat da meso do kraja omekša. Meso povremeno okrenite i ulijte vode po potrebi.

Potkraj kuhanja dodajte pekmez koji će umaku dati dodatan okus.

Pirjajte da na kraju dobijete gusti umak.

U kipuću vodu dodajte maslinovo ulje. Posudu s vodom maknite s vatre pa uz stalno miješanje usipajte palentu.

Dodajte parmezan, bosiljak, promiješajte, posudu vratite na vatru i kuhajte još 2 – 3 minute.

U vruću palentu dodajte pire od krumpira pa promiješajte.

Na tanjur za posluživanje stavite prilog od palente i pirea od krumpira, preko njega stavite odreske, prelijte umakom i poslužite.

SAVJET:

Jelo nije potrebno dodatno soliti ni
dodavati začine.

ŠARENI RAŽNTIČI

45'  6x   jednostavno

SASTOJCI:

1000 g svinjske vratine

1 Vegeta Natur Grill vratina

350 g svježe paprike

350 g luka

350 g patlidžana

ulje za premazivanje

drveni štapići za ražnjiće



PRIPREMA:

Meso narežite na komade i posipajte Vegetom Natur Grill vratina pa ostavite da se marinira oko 30 minuta.

Papriku, luk i patlidžane narežite na veće komade.

Na štapiće za ražnjiće naizmjenično stavljajte komadiće mesa i povrća i premažite uljem. Ražnjiće pecite na roštilju uz stalno premazivanje.

Poslužite uz kukuruzni kruh i pivo.

SAVJET:

Meso možete marinirati i dan prije, tako da ga posipate Vegetom Natur Grill vratina i premažete uljem. Što se meso duže marinira, to postaje ukusnije.

Vege opresci s MARINADOM



20'
+ vrijeme
mariniranja



4x



jednostavno

SASTOJCI:

8 odrezaka od seitana
(oko 1 cm debljine)

**1 Vegeta Grill marinada
s pivom**

50 ml maslinovog ulja

3 češnja češnjaka

150 ml kiselog vrhnja

2 žlice majoneze

1 žličica naribanog
svježeg đumbira

sol

**Vegeta Maestro
šareni papar**

Ajvar blagi Podravka



PRIPREMA:

Odreske od seitana prelijte Vegeta Grill marinadom s pivom i ostavite stajati barem 30-40 minuta.

Marinirani seitan popecite na namašćenom roštilju na srednjoj vatri po nekoliko minuta sa svake strane premazujući ga ostatkom marinade.

Češnjak protisnite, dodajte mu 3 žlice maslinovog ulja, kiselo vrhnje, majonezu, đumbir, malo soli i dobro izmiješajte pa pospite mljevenim šarenim paprom.

Pečeni seitan poslužite s blagim ajvarom ili prelive pripremljenim umakom i uz salatu po želji.

SAVJET:

Seitan je dijetetska namirnica koja sadrži visok udio bjelančevina, nizak udio masti i ne sadrži kolesterol. Kao dobar izvor željeza, ali i vitamina C, tiamina, riboflavina, niacina, odlična je zamjena za meso.

Pulled PORK BURGER



SASTOJCI:

**1 BBQ PULLED PORK
(trgana svinjetina)
Podravka (500 g)**

50 g korijena celera
50 g sitno narezanog
mladog kupusa
50 g sitno narezanog
crvenog kupusa
malo chili paprike
1 veća rajčica
½ salatnog krastavca
2 peciva za hamburger

ZA MARMELADU OD CHERRY RAJČICA:

1 manji luk
160 g cherry rajčica
1 žlica šećera
malo crvene chili papričice
sok ½ limete
**prstohvat Vegeta Maestro
mljevenog cimeta**
prstohvat mljevenih klinčića
sol
1 žlica aceto balsamica



PRIPREMA:

Meso (svinjska lopatica) je začinjeno i vakumirano, termički obrađeno, pa sadržaj vrećice (meso i umak) treba staviti u prikladnu posudu i zagrijati 5-10 minuta na grillu ili u tavi.

Salatu od povrća pripremite tako da korijen celera narežete na rezance, dodajte crveni i zeleni kupus te nasjeckani chili.

Marmeladu od luka i cherry rajčica pripremite tako da luk narežete na tanke ploške, rajčice prerežete po pola, a chili papričicu sitno nasjeckate. U posudu stavite sve sastojke i na laganoj vatri pirjajte da se sastojci dobro povežu.

Zagrijani PULLED PORK pomoću vilice natrgajte na komadiće.

Na prerezano pecivo obilno stavite natrgano meso. Preko njega stavite žlicu marmelade od luka i cherry rajčica. Položite 2 tanke ploške rajčice, ploške krastavca i obilno nanesite salatu od povrća. Poklopite pecivom, učvrstite čačkalicom i odmah poslužite.

SAVJET:

Osim u formi burgera pulled pork možete poslužiti i u tortilji.

BBQ LUNGIĆ S AROMATIČNIM RAJČICAMA



SASTOJCI:

600 g lungića

1 Vegeta Grill marinada BBQ

300 g cherry rajčica

100 ml vinskog octa

150 ml crnog vina

4 češnja češnjaka

40 g šećera

4 kriške ukoso
narezanog talijana
(kruha)

1 češanj češnjaka

2 žlice maslinova ulja



PRIPREMA:

Lungić narežite na deblje odreske, prelijte marinadom i pustite da odstoji barem 30 minuta na hladnom mjestu kako bi se okusi dobro proželi.

Vino, ocat i šećer prokuhajte 10-ak minuta.

Rajčice prerežite popola i stavite u dublju tavu ili zdjelicu. Dodajte vino, cijele češnje češnjaka, malo posolite i kuhajte dok se tekućina ne reducira.

Lungić popecite na dobro zagrijanom roštilju.

Kruh popecite, natrljajte češnjakom i nakapajte maslinovim uljem.

Na svaku šnitvu popečenog aromatičnog kruha stavite komad lungića, prelijte rajčicama u umaku i poslužite uz salatu od rukole.

SAVJET:

Nemojte koristiti meso iz hladnjaka, ostavite ga oko 30 minuta na sobnoj temperaturi prije nego ga stavite peći u tavu. Ovaj postupak će osigurati ravnomjerno pečen komad mesa. Koristite li meso izravno iz hladnjaka, izvana će se brže dogotoviti, iznutra ostati sirovo. Daljnjim pečenjem lako može zagorjeti što nije zdravo niti ukusno.

UKUSNA VRATINA SA ZAPEČENIM GRAHOM



45' vrijeme mariniranja



4x



jednostavno

SASTOJCI:

600 g vratine

1 Vegeta Grill marinada classic

ZA ZAPEČENI GRAH:

2 žlice ulja

100 g Hamburgera (Podravskog špeka) Podravka

1 češanj češnjaka

1 luk

1 paprika

560 g konzerviranog Smeđeg ili Crvenog graha Podravka

200 ml Passate Podravka Vegeta Maestro lovrorov list

sol

Vegeta Maestro crni papar mljeveni



PRIPREMA:

Vratinu prelijte Vegeta Grill marinadom classic, utrljajte je u meso i ostavite dva sata u hladnjaku da se marinira. Izvadite meso na sobnu temperaturu najmanje 35 minuta prije pečenja. Pecite na zagrijanom roštilju otprilike sedam minuta sa svake strane.

Na zagrijanom ulju prvo kratko prepržite špek narezan na kockice, oko jednu minutu, pa dodajte istisnuti češnjak, nasjeckani luk i papriku i pržite oko tri minute. Na to dodajte ocijeđeni grah, pasiranu rajčicu, lovor te sol i papar po želji. Kuhajte 15 minuta, prebacite u vatrostalnu posudu i zapecite u pećnici još 20-ak minuta.

Ukusnu vratinu poslužite sa zapečenim grahom.

SAVJET:

Po želji možete dodatno začiniti čilijem ili feferonima.

PRŽENA TUNA NA SUPERSALATI



35'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

4 odreska tune (600 g)

½ pakiranja Vegete Natur Grill Classic (15 g)

80 ml maslinova ulja

sok 1 limuna

Vegeta Maestro crni papar mljeveni

sol

¼ žličice Vegeta Maestro usitnjenog origana

2 češnja češnjaka

60 g rikule

1 žlica kapara

50 g tvrdog sira



PRIPREMA:

Odreske tune posipajte Vegetom Natur Grill Classic i ostavite marinirati desetak minuta.

Za preljev maslinovo ulje pomiješajte s limunovim sokom, mljevenim paprom, soli, origanom i nasjeckanim češnjakom.

Odreske stavite na zagrijanu grill tavu (ili roštilj) i popecite s objiju strana.

Rikuli dodajte kapare, prelijte pripremljenim preljevom i lagano promiješajte.

Na salatu složite tunu, nakapajte maslinovim uljem, posipajte ostruščima tvrdog ovčjeg sira i poslužite.

SAVJET:

Osim rikule možete koristiti i druge salate kao što su potočarka, matovilac i sl.

PUNJENI KOTLETI NA ŽARU



30'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

1 manja glavica luka (100 g)

100 g Šampinjona u slanoj otopini Podravka

50 ml ulja

50 g Ajvara blagog Podravka

½ žličice Vegeta Maestro češnjaka u granulama

100 g sira edamera

4 svinjska kotleta (600 g)

1 žlica Vegete Natur Grill Classic

800 g pekarskog krumpira



PRIPREMA:

Luk očistite i nasjeckajte na sitno, šampinjone ocijedite i nasjeckajte.

Na ulju pirjajte luk, dodajte šampinjone, dolijte 100 ml vode i pirjajte dok ne ispari sva tekućina.

Luk i šampinjone ohladite, dodajte ajvar, češnjak, sitno naribani sir i sve zajedno izmiješajte.

Kotlete začinite Vegetom Natur Grill Classic.

Na kotletima malim nožićem napravite otvor te pomoću male žličice kotlete napunite prethodno pripremljenom mješavinom, pa zatvorite čačkalicama. Pecite na roštilju ili grill tavi.

Poslužite s pekarskim krumpirom.

SAVJET:

Pazite da kotleti budu dovoljno debeli da možete napraviti otvor.

MACHO HAMBURGER



40'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

500 g mljevene junetine
120 g panko mrvica
(ili usitnjenog bijelog kruha)
1 razmućeno jaje
2 žlice Ketchupa blagog Podravka
½ žlice Vegete
sol
Vegeta Maestro crni papar mljeveni

½ žličice Vegete Maestro dimljene slatke paprike
4 deblje ploške Hamburgera (Podravskog špeka) Podravka (0,5 cm debljine)

1 luk
1 – 2 rajčice
4 jaja
200 naribanog sira (cheddar)



PRIPREMA:

Mljevenom mesu dodajte mrvice, razmućeno jaje, kečap, Vegetu, sol, mljeveni crni papar i dimljenu slatku papriku. Dobro pomiješajte sve sastojke da dobijete kompaktnu smjesu.

Podijelite je na 4 dijela i oblikujte u kuglice. Položite ih na lim za pečenje prekriven papirom.

Na kuglicu smjese položite limenku (pivo ili gazirani sok) i lagano pritisnite da dobijete malo udubljenje. Oko njih savijte plošku slanine i učvrstite kuhinjskim koncem.

Luk i rajčicu narežite na kockice.

Uklonite limenku i u šupljinu na meso stavite malo luka i rajčice. Preko njih pažljivo razbijte jaje (da ostane kao jaje na oko) i pospite naribanim sirom.

Pecite oko 30 minuta u prethodno zagrijanoj pećnici na 180 °C.

Poslužite hamburgere sa salatam ili pečenim krumpirima.

SAVJET:

Potrebna je šira, mesnata i deblja ploška slanine.

MLADI KRUMPIR S AJVAROM



50'  4x   jednostavno

SASTOJCI:

1 kg sitnog mladog krumpira

1 Vegeta Natur za krumpir

2 žlice domaće svinjske masti

100 g Ajvara blagog Podravka

2 žlice nasjeckanog peršina



PRIPREMA:

Krumpir dobro operite i očetkajte. Stavite ga u hladnu neposoljenu vodu i stavite na vatru.

Kuhajte ga 15-ak minuta, pa ga ocijedite. Pospite ga Vegetom Natur za krumpir, prelijte rastopljenom svinjskom masti i dobro izmiješajte.

Stavite u prethodno dobro zagrijanu grill tavu ili na zagrijani roštilj i pecite dok krumpir ne dobije lijepu zlatnu boju i bude mekan u sredini.

Izvadite ga u posudu, dodajte ajvar, pospite ga peršinom i lagano izmiješajte.

Poslužite uz pečeno meso po izboru.

SAVJET:

Ajvar možete umiješati u krumpir zajedno s Vegetom i mašću, pa ga onda peći.

Biftek rollice



SASTOJCI:

1,2 kg bifteka

4 žlice Ajvara ljutog Podravka

150 g tanko narezanog sira trapista

100 g tanko narezanog Kulena Podravka

100 g tanko narezane delikates šunke

1 žlica Vegete

Vegeta Maestro crni papar mljeveni

ulje za pečenje



PRIPREMA:

Biftek očistite, operite i posušite papirnatim ubrusom.

Pomoću oštrog noža ga rastvorite tako da dobijete jedan veliki odrezak. Pospite ga Vegetom, lagano popaprite i dobro natrljajte. Premažite ga ajvarom, pa po njemu rasporedite narezane ploške kulena i šunke, a po njima tanko narezani trapist.

Pažljivo zamotajte u roladu i dobro vežite kuhinjskim koncem.

Na svakih 2,5 – 3 cm rolade ubodite po 1 štapić za ražnjiće kako biste učvrstili roladu. Konac uklonite, pa roladu narežite na odreske tako da ju prerežete između zabodenih štapića kako biste dobili rollice.

Tako pripremljene rollice pecite na dobro zagrijanoj namašćenoj grill tavi ili na roštilju. Popecite ih s obje strane do lijepe boje.

Poslužite toplo uz prilog po želji.

SAVJET:

Umjesto bifteka možete upotrijebiti ramstek ili teletinu od plećke.

Rolice od ramstečka s povrćem



35'  4x  
jednostavno

SASTOJCI:

- 800 g ramstečka
- 1 crvena paprika
- 150 g tankih mladih mahuna
- 150 g mrkve
- 3 žlice maslinovog ulja
- 75 ml crnog vina
- 2 žlice Glatkog brašna Podravka**
- 1 žlica Vegete Natur Grill Classic**
- Ajvar ljuti Podravka**



PRIPREMA:

Mrkvu očistite i narežite na duže štapiće, a mahune očistite i dobro operite. Narezanu mrkvu i mahune zasebno kratko blanširajte u kipućoj posoljenoj vodi. Ocijedite ih i pustite da se malo ohlade.

Ramstek narežite na uže i duže odreske, pa ih pospite Vegetom Natur Grill Classic. Po njima rasporedite kuhano povrće i na rezance narezanu očišćenu papriku, tako da sve povrće stoji paralelno.

Odreske zarolajte, učvrstite čačalicom da se ne rastvore, pa ih uvaljajte u glatko brašno.

U grill tavu na dobro zagrijano maslinovo ulje stavite pripremljene rollice, pa ih popecite sa svih strana. Kad su rollice već dobile lijepu rumenu boju, prelijte ih crnim vinom i još kratko popecite.

Izvadite ih sa strane u posudu s poklopcem, prelijte preostalim vinom i masnoćom iz tave i pustite da odstoje 5-10 minuta.

Poslužite ih uz ajvar i pečeni ili kuhani krumpir.

SAVJET:

Povrću možete dodati ili ga potpuno zamijeniti divljim šparogama.

PIKANTNE PLJESKAVICE S ROŠTILJA



SASTOJCI:

1 kg mljevenog miješanog mesa (svinjetina i junetina)

50 g luka

1 Vegeta Natur Grill pikantno pečenje

2 žlice ulja

50 ml bijelog suhog vina

100 g kajmaka

pečeni krumpir za prilog



PRIPREMA:

Mljeveno meso stavite u posudu, dodajte sitno narezani luk, Vegetu Grill pikantno pečenje, ulje i vino. Dobro izmiješajte i smjesu ostavite neka stoji oko pola sata.

Nakon toga od smjese oblikujte pljeskavice i stavite na zagrijani roštilj (ili grill tavu). Pljeskavice pecite sa svake strane oko 5 minuta.

Na tople pljeskavice stavite žličicu kajmaka i poslužite tople s pečenim krumpirom, salatom ili mladim lukom.

SAVJET:

Uz pljeskavice možete poslužiti
Podravkin ajvar.

SVINJETINA iz pećnice



120' vrijeme mariniranja 4x jednostavno

SASTOJCI:

800 g svinjetine u komadu (najbolje svinjski vrat)

1 Vegeta Grill marinada češnjak

30 g panko mrvica (ili 2 ploške tosta)

1 žličica Vegeta Maestro Dimljene paprike



PRIPREMA:

Meso stavite u prikladnu posudu i prelijte marinadom te ostavite oko 30 minuta.

U vatrostalnu posudu stavite dva velika komada aluminijske folije tako da prelaze preko ruba.

Mariniranu svinjetinu stavite na foliju, prelijte preostalom marinadom i zamotajte u foliju. Meso nemojte okretati da marinada ne iscure.

Stavite u pećnicu zagrijanu na 180 °C i pecite najmanje sat i pol.

Panko mrvica ili ploške tosta kojima ste skinuli koru i usitnili u sjeckalici pomiješajte s dimljenom paprikom.

Zatim razdvojite foliju da otkrijete meso i pospite pripremljenim mrvicama.

Vratite u pećnicu i pecite još pola sata dok se na vrhu ne stvori lijepa kora.

Pečenu svinjetinu pustite da malo odstoje, a zatim narežite na ploške.

Poslužite toplu s prilogom po želji ili kao hladnu narezanu na tanke ploške vilicom.

SAVJET:

Da provjerite je li pečeno, meso nožem probodite kroz foliju i ako lako uđe, meso je gotovo.

