

Itt mindent megtalálsz,  
ami a menüajánlatunkhoz szükséges!

2 fő részére

## Grillezett ételek

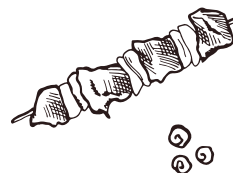
Lazacpisztráng filé  
Kecskesajt

## Tejtermékek és társaik

Krémsajt  
Görög joghurt  
Tejszín  
Vaj

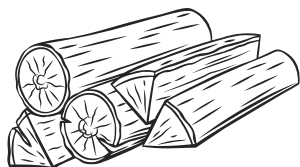
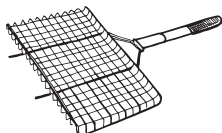
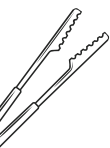
## Egyéb

Almabor ecet  
Olívaolaj  
Méz  
Porcukor  
Fagyasztott zöldfűszeres bagett  
Vajas keksz  
Jégkockák



## Gyümölcs & zöldség

Áfonya  
Málna  
Őszibarack  
Földimogyoró  
Ananászlé  
Alma  
Citrom  
Görögdinnye  
Fagyasztott eper  
Rukkola  
Koktélparadicsom  
Újhagyma  
Szárított paradicsom  
Paradicsomszós

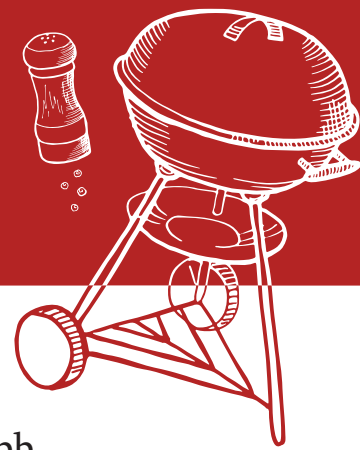


## Kotányi fűszerek



PS: Ne feledkezz meg az italokról sem!





Hogy a lehető legkevesebbet stresszelj a grill randi napján, összeszedtük neked a leghasznosabb tippeket a receptek elkészítéséhez!

Jó szórakozást kívánunk!



## Saláta kecskesajttal és grillezett barackkal

*Elkészítési idő: 15-25 perc*

Ahhoz, hogy a saláta vegán legyen, a jól felszerelt szupermarketekben lehet kapni vegán grillsajtot!

Ha nem szereted az ecetet, könnyen helyettesítheted egy kis citromlével.



## Lazacpisztráng filé

*Elkészítési idő: 55-65 perc*

Alternatívaként a lazacpisztráng helyettesíthető garnélarákkal vagy akár tengeri halakkal is! Vegánoknak: A nagy, jól felszerelt szupermarketekben már kapható növényi eredetű lazacfilé.

A változatosság kedvéért a piros koktélpáricsom helyett vásárolhatsz sárga paradicsomot is.



## **GÖRÖGDINNYE MOCKTAIL**

Felfrissülés alkohol nélkül!

1 nagy görögdinnye

2 citrom leve

3 ek agavészirup

300 g fagyasztott eper

Jégkocka igény szerint

1 ek Kotányi rozmaring, apróra vágva



## Málnás sajtorta

*Elkészítési idő: 25-35 perc*

Az alapot és a töltelékét akár előző nap is elkészítheted, de a bogyós gyümölcsökből álló feltétnek frissnek kell lennie.

Málna helyett természetesen használhatsz áfonyát vagy epret is.

Ahhoz, hogy a sajtorta növényi alapú legyen, a tejtermékek helyett vásárolhatsz vegán alternatívákat. Egy jól felszerelt szupermarketben vajmentes kekszet is találhatsz.