



Lihavartaat kreikkalaisittain

Aineet: Noin 800 g porsaan ulkofileetä tai luutonta lampaanlihaa

Marinadi:

4 rkl oliiviöljyä

4rkl sitruunamehua

2 rkl tuoretta tai 2 tl kuivattua tinjamia tai oreganoa

1 murskattu valkosipulinkynsi

2 murskattua laakerinlehteä

vastajauhettua mustapippuria

Pintaan:

suolaa

Valmistus: Leikkaa liha noin 11/2 sentin kokoisiksi kuutioiksi. Sekoita marinadin aineet. Pane lihapalat muovipussiin ja kaada marinadi päälle. Kääntelee pussia, jotta lihat maustuvat tasaisesti. Sulje pussi hyvin ja pidä sitä viileässä vähintään 2 tuntia.

Pujottelee liha puuvartaisiin. Öljyä vartaat ensin , ettei liha tartu niihin kypsennettäessä kiinni. Kyosennä vartaat uuni- tai ulkogrillissä joka puolelta kauniin ruskeiksi ja sisältä kypsiksi. Mausta kypsät vartaat suolalla. Tarjoa sitruuna ja perunalohkojen sekä pinaatin kanssa.