**Warszawa,14.06.2022 r.**

**EKO grillowanie – jak robić to dobrze?**

**Sezon grillowy rozgrzewa się z każdym weekendem coraz mocniej. Letnie dni to doskonała okazja do spędzenia czasu w plenerowej otoczce przyrody wspólnie z rodziną czy znajomymi. Czy jednak można zorganizować EKO grilla? Zdecydowanie tak! Oto wskazówki jak grillować EKO – nie szkodząc naturze.**

**Jaki grill wybrać?**

Podstawowym elementem każdego grillowania jest sam grill. Tu do wyboru mamy kilka opcji w zależności od tego, gdzie chcemy zorganizować naszą plenerową kuchnię. Właściciele ogrodów czy działek mogą skorzystać z elektrycznych bądź gazowych urządzeń – te uważane są za najbardziej ekologiczne. Warto wybierać te z pokrywą, które lepiej trzymają temperaturę i samo grillowanie odbywa się szybciej. Jeżeli wybieramy się w miejsce publiczne, warto sprawdzić, czy można tam organizować tego typu rekreację. Tu przenośny grill gazowy także będzie świetnym rozwiązaniem. Dla fanów otwartego ognia pojawiły się ostatnio na rynku ekologiczne grille, wykonane w całości z drewna, które po wszystkim zamieniają się w ognisko.

**Dobrze się przygotuj**

Chcąc zadbać o ograniczenie emisji do atmosfery szkodliwych substancji, warto zadbać o kilka elementów. Przede wszystkim korzystajmy z tacek, które zgromadzą wytapiany tłuszcz. Ograniczysz w ten sposób dymienie. Dostępne są także specjalne grille z misą zbierającą tłuszcz, ale tacki są naszą pierwszą linią obrony w ograniczaniu emisji szkodliwych związków do atmosfery. Ważne jest także to, czym rozpalamy grilla. Stara gazeta, czy płynne lub stałe rozpałki mimo tego, że są wygodne to, ich używanie nie jest najlepszym pomysłem. Podejmij wyzwanie rozpalenia grilla tylko przy pomocy zapałek i kilku suchych patyków! Nie zapominaj także o ekologicznych jednorazowych naczyniach i sztućcach. Te znajdziesz w każdym markecie lub możesz wygodnie zamówić je przez Internet.

**Co na ruszt?**

Wszystko to, co lubisz! Ważne, aby wybierać produkty ze znakiem unijnego zielonego listka lub symbolem PL-EKO. Mamy wtedy gwarancję, że produkty pochodzą z gospodarstw prowadzonych według zasad zrównoważonego rolnictwa. Dziś oferta ekologicznych produktów jest niezwykle szeroka. W każdym markecie znajdziesz ekologiczne warzywa. O ekologiczne, certyfikowane, mięso, kiełbasę czy kaszankę, jest już nieco trudniej, ale tutaj z pomocą przychodzi Internet*. – Prawdziwe, ekologiczne mięso czy kiełbasy to wciąż rzadki widok w polskich sklepach. Ja wyszedłem z założenia, że jeżeli chce jeść sprawdzone, wysokiej jakości mięso ze zrównoważonego chowu, to nie powinno być to trudne – wręcz przeciwnie. Tak w skrócie zrodziła się idea Mięsnej Paczki, dzięki której każdy z nas może zamówić EKO mięso wprost do domu* – mówi Damian Kopecki, założyciel mięsnej paczki, która posiada w ofercie całą gamę produktów na grilla.

**Jak grillować?**

Tajemnicą dobrze przygotowanego EKO grilla jest także jak najkrótszy czas grillowania. Unikajmy spalenizny, ponieważ z przypalonego mięsa czy warzyw wydzielają się szkodliwe związki, których nie chcemy jeść. Aby mięso było kruche i delikatne, a zarazem dobrze zgrillowane warto zadbać o kilka rzeczy. Przede wszystkim wysokiej jakości produkty. To kolejna premia za wybór ekologicznego mięsa. Z pewnością pomoże pokrojenie go w mniejsze kawałki, dzięki czemu upiecze się ono po prostu szybciej. Karkówkę, stek czy kurczaka warto zamarynować dzień wcześniej. Dzięki temu mięso skruszenie, a Ty będziesz miał pewność, że każdy kawałek będzie smakował tak, jak chcesz, a nie jak zaplanował to ktoś w fabryce. Świeże zioła, odrobina oleju, sól i pieprz czy ostra papryka z pewnością wzbogaci smak, choć sam smak ekologicznego mięsa z dodatkiem niewielkiej ilości soli może mocno pozytywnie Cię zaskoczyć!

Organizacja EKO grilla jest prosta. Wszystko, co niezbędne znajdziesz w Internecie, a zamówienie dotrze do Ciebie w przeciągu kilku dni. Dzięki prostym wskazówkom będziesz miał okazję spędzić wspólnie czas ze znajomymi, w przyjazny dla planety sposób, delektując się prawdziwymi ekologicznymi produktami.